[德]叔本华 著 林康成 译

一个悲观主义者的积极思考

如果不是我配不上这个时代，那就是这个时代配不上我



托尔斯泰／我不知道以后会不会改变看法，但目前我敢肯定：叔本华是无与伦比的。

瓦格纳／叔本华的书对于我的整个一生，产生了强烈的影响。

博尔赫斯／我重新阅读了《附录与补遗》的第一卷，看到叔本华说一个人从出生起到死为止，所能遭遇的一切都是由他本人事前决定的。

卡夫卡／叔本华是一个语言艺术家，仅仅因为他的语言，我们就应该无条件地读他的著作。

尼　采／我要把叔本华写的所有东西都读完，他说的每一个字我都要听。

托马斯·曼／叔本华有其现代的意义，甚至有其将来的意义。他的哲学仍然在我们的时代产生着成熟的和人性化的影响。



人生不会永远幸福，
也不可能长久地陷于不幸。

上架建议　哲人哲思



ISBN 978-7-5113-3415-2
9 787511 334152 >

定价：32.00元

一个悲观主义者的积极思考

[德]叔本华 著
林康成 译

中国华侨出版社

图书在版编目（CIP）数据

一个悲观主义者的积极思考 /（德）叔本华（Schopenhauer,A.）著；林康成译. — 北京：中国华侨出版社, 2013.3
ISBN 978-7-5113-3415-2

Ⅰ. ①一… Ⅱ. ①叔… ②林… Ⅲ. ①叔本华，A.（1788～1860）—人生哲学—哲学思想 Ⅳ. ①B516.41

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第057400号

一个悲观主义者的积极思考

著　　者 / ［德］叔本华
译　　者 / 林康成
出 版 人 / 方　鸣
责任编辑 / 孙琳茜
封面设计 / 陈　飞
经　　销 / 新华书店
开　　本 / 870mm×1280mm　1/32　印张 / 5.75　字数 / 100千字
印　　刷 / 北京盛通印刷股份有限公司
版　　次 / 2013年5月第1版　2013年5月第1次印刷
书　　号 / ISBN 978-7-5113-3415-2
定　　价 / 32.00元

中国华侨出版社　北京市朝阳区静安里26号通成达大厦三层　邮编：100028
法律顾问：陈鹰律师事务所
发行部：（010）82605959　传真：（010）82605930
网　址：www.oveaschin.com
E-mail：oveaschin@sina.com
如果发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

箴言与哲思

叔本华，生于1788年2月22日。父亲是一位富有的银行家，母亲是一位通俗小说家。他从小就厌恶商业生涯，憧憬文人学者平静高雅的学术生活。叔本华最初在哥廷根大学学医，后来改学哲学，对柏拉图和康德哲学至为倾服。1814年，叔本华取得博士学位。1919年发表重要哲学著作《作为意志和表象的世界》。

叔本华继承了东方印度哲学、柏拉图哲学和康德哲学的精神，确立了他的悲观主义的哲学体系。以往众多的悲观主义者中，没有一个人能像他那样用这么大的学问来证明悲观主义的看法是正确无误的，同时又说明生命本身是不幸的。在他心目中生长、存在着的这种对生命的悲观主义态度，影响了他的一生，直到生命结束都没有改变过。

叔本华生时并不广为人们赏识，却大大影响了后世的哲学。他高瞻远瞩，看出人是非理性冲动的牺牲，为弗洛伊德和一般心理学的理论开创了先河。1860年9月21日，叔本华在法兰克福逝世。

这本书是叔本华誉满天下的最后一部著作《附录与补遗》中最精华的部分。他融合东西方哲学的主流，科学地披露人性和世故，加以睿智、生动的笔触，娓娓地跟我们讨论如何为人处世，如何求取幸福和成功，以期充分发挥此生。在这本充满悲观主义情绪色彩的书中，叔本华从广泛的人性角度入手，分别对人们自身的所有、地位及处世为人的方方面面给予了细致入微的阐述。另外，一些关于人生的思辨与箴言更是人们处世修身的大智慧。

全书分为五大部分，分别为“人生总论”、“处己之道”、“处人之道”、“命运与世道”和“阶段人生”。在这五个部分里，叔本华分别从人生的幸福和快乐、意志与心智、荣誉与名声、行为和个性、命运与年龄等几乎囊括了人的一生各个方面，阐述了独特新颖的“幸福论”。

一、人生总论

对人生的快乐和幸福作了基本的划分：人的自身、人的所有和人的地位。另外，对人生的选择和准备作了总体的概括。

二、处己之道

本章阐述了作者对于人生的幸福快乐和内心的平静安谧所持有的态度，以及如何应对人生的各种不幸的遭遇，以求得比较完美的一生。特别地，作者强调了孤独对个人修养的磨炼。

三、处人之道

人的一生免不了与人交往，包括配偶、父母、孩子和朋友等。在人生旅途的进程中，我们应该尽可能做到宽容和自律，避免与人争论和口角，这样我们的一生将获益良多。为人处世的睿智，更显哲思的光辉。

四、命运与世道

不以物喜，不为己悲。不管命运如何坎坷不平，我们都应该坦然而对。人生不会永远幸福，也不可能长久地陷于不幸。正所谓“得意不忘形，失意不失态”。

五、阶段人生

从出生到死亡，人们要不断经历痛苦和折磨。在每个人生阶段，我们不可避免地走向衰老和死亡。每个阶段都会有不同的人生图景，重要的是，我们应该如何顺利走完一生。

人生是什么？如果世人不能免于痛苦和不幸，我们应该怎样求得幸福和成功？无数人在思考这样的问题，为此苦苦寻求人生的真谛所在，更有多少人为了获得人生的幸福和快乐，耗尽一生的精力却一无所得。人生竟是如此神秘莫测么？我们可曾在黑夜里，独自一人躺在床上思考过关于我们自身的问题：我们从哪里来，到哪里去？我们的生活是为了什么？如何达到内心的平静和安谧？怎样才是完美

的人生?

或许我们都曾经这样思考过，也为此迷茫不解而深感痛苦。人生是如此的复杂多变，以至于我们浪费了多少青春和美妙的时光，为了活命而不惜牺牲宝贵的年华。

在这本书中，哲学大师叔本华从唯意志论出发，以哲人特有的敏锐和无畏道出了人生特有的悲剧性、荒诞、虚伪与不幸，对诸如世界、人与人格、生命、地位、荣誉、财富以及审美、伦理、政治、智慧等一系列困扰人的问题，提出了许多耐人寻味的见解。

叔本华的人生哲学，给许多处于迷茫中的人们提供了最可慰藉的处世为人的方式，深深地影响了整整几代人的思想。这是一本闪烁着高度文学价值的哲学杰作，历经百年而更加闪耀着哲思的光辉。

目 录
CONTENTS

第一章 人生总论

我们所处的世界是怎样的，主要在于我们以什么方式来看待它，所以不同的人看到不同的世界：有人认为它荒芜、枯燥和肤浅，有人觉得它丰富、有趣而充满意义。

人生的福分

亚里士多德将人生的福分划分成三类：来自外界的福分、来自心灵的福分，以及来自肉体的福分。我不计较这种划分的内容，只想保留它的数字。据我观察，人的命运的根本不同点，可以归结为三类：

人的自身：针对人格的广泛意义而言，它包括健康、精力、美、脾气、品性、才智和教养。

人的所有：就是指财产和其他各种可能占有的一切。

人的地位：就是大家都知道的，他人把你看成什么，或更严格地说，他人是根据什么看待你的。这可以从别人对你的看法中透露出来，而别人对你的看法，又可以从你所获得的荣誉、地位和名声中明显地看出来。

人生是一次旅行

为我们的一生做周详的准备——不管是哪种准备，都是最常见且最严重的愚蠢行为。这种准备，首先假定我们会长寿，我们可能活到人类最长天年——有多少人能活那么长久！即使能活那么久，对于所完成的计划而言，也太短了。因为要实现那么多的计划，需要的时间比我们在开始时所想到的要更多。而且沿途会有许多事故和障碍。

在人世中，究竟有多少人能达到目标？最后，纵使目标达到了，我们思考时间对我们的影响，不管是我们的工作能力，还是享受的能力，不可能一辈子都一样。因此，我们全力以赴希望获得的东西，往往在得到的时候，发现已经不适合我们。

为某一伟业做准备所逝去的岁月，无意中剥夺了我们去贯彻它的力量。一个人不畏艰难和危险所累积的财富，自己却常常无法享用，勤劳所得只能留给他人；或者是，他多年努力奋斗所获取的职位，却没有能力担任。对他而言，幸福来得太晚，从另一方面说，他自己抵达得太晚，无缘享受幸福。

人生好比一次旅行，沿途所见景色跟开始的时候不同，当我们走近些，它又有变化。这就是真实的人生——对我们的愿望而言，

更是如此。

我们时常找到些别的东西，一些甚至比我们所寻求的更好的东西。我们所要寻找的东西，往往不在我们着手寻找的那一途径上，而在另一条小路上。我们没有找到期望的欢乐与喜悦，我们获得的是经验、世故、知识——一种真正而永恒的幸福，而不是短暂的、只在幻想之中才有的。

我们所处的世界是怎样的，主要在于我们以什么方式来看待它，所以不同的人看到不同的世界：有人认为它荒芜、枯燥和肤浅，有人觉得它丰富、有趣而充满意义。

我们竭尽力量唯一所能做到的事，就是尽力发挥我们个人的品质，让我们从事的事业，能够用上我们的才智，在能力范围内，极力避免其他的纷扰。因此，我们就得选择最适合我们发展的职位、行业和生活方式。

第二章 处己之道

人生快乐的两大仇敌是痛苦和烦闷。我们可以进一步说，要是我们有运气能离开一个仇敌，我们就按照离开它的多少，而接近另一个仇敌。事实上，人生的过程似乎就是在这两者之间的剧烈摆动。

认识你自己

建筑工人可能对所建房屋的通盘设计一无所知，无论如何，他不会心中老记挂着设计图样。对于一般人也一样：在他一生进行活动的每日每时，他很少想到自己一生就其整体而言的路程和特性。

如果一个人要让自己的事业具有价值和重要性，如果他要精心策划完成某个特定的任务，那么，他就需要不时地把注意力转向一生的“蓝图”，也就是一张具有设计概要的小草图。

当然，要这么做，他必须运用“认识自己”的格言；他必须对了解自己的方法有若干进展；他必须知道在一生中他的真正的主要的和最为关键的目标是什么，他最想拥有的快乐是什么；还有，在那之后，什么在他思想中占据着第二和第三的位置；他必须找出，就整体来说，他一生真正的使命是什么，他应该扮演什么样的角色，他跟世界的一般关系如何。

如果他为自己的重要任务画好了草图，时不时地看一看自己一生的这张小图，当是最能刺激他、鼓励他、提升他、促使他采取行动，使他不至于走上错误的道路。

快乐不过是梦，忧伤却是现实的

拿我们所经历的欣喜或欢乐，去衡量一生的快乐与否，显然是采用了错误的标准。因为欢乐毕竟是负面的。认为欢乐会产生快乐是一个错觉，是受到羡慕心的偏爱所致，最后难免会遭受惩罚。

痛苦给人的感觉是不折不扣的，快乐的真正标准就是没有痛苦。如果我们没有遭受痛苦，而且又不觉得生活枯燥，世上快乐的必要条件都已经达到了，其他一切都是虚妄的。

我们绝不应该用痛苦的代价去换取欢乐，即使只是局限于招致痛苦的风险，也不应该去冒犯。要是那么做，就是以正面的真实去换取负面的虚幻。但为了避免痛苦而牺牲欢乐，却是有利可图的。至于痛苦是跟随在欢乐之后，还是在欢乐之前来到，都是无关紧要的。

企图转变当前的苦难的情景，使之成为欢乐的园地，致力于争取欣喜和欢乐，而忽视最大可能地免于痛苦——可是多少人都这么

做——完全是违反天理。

伏尔泰说："快乐不过是梦，忧伤却是现实的。"事实上他的话十分可信。一个人想要评估自己的一生是否快乐，一定要一一记下他所逃过的各种劫数，而不管他曾享受的欢乐。因为"幸福获致术"的起始，就是首先承认它的名称本身就是一种委婉的说法。"生活幸福"就是指"生活不那么不幸福"——即度过一段可以容忍的生活。

毫无疑问，我们之所以获得生命，不是去享受此生，而是克服此生的困难——走完人生的路。到年老时，想到毕生的任务已经功德圆满，不能不感到莫大的安慰。最快乐的命运，不是去体验到最怡人的欣喜或是最大的欢乐，而是把生命带到终点，未遭受到身体或精神上的巨大痛苦。

自我与外在

我们要小心，不要把人生的幸福建筑在过于宽泛的基础之上，不能要求拥有许多条件以保持快乐。快乐要是建筑在宽泛的基础上，最容易受到破坏，遭遇到不幸的机会也因而增加——不幸的事故总是随时发生的。

在所有其他的事情上，基础愈广阔，安全性就愈大。“快乐”的建构所依据的蓝图，与前面所述的情况恰恰相反。所以，把你的要求降到最低限度，是避免极端不幸的最可靠的途径。

个人幸福的主要因素，包括我们自下而上的整个模式，都取决于我们内在的品质，也就是在于我们是如何构成的。这是明显的事实。毫无疑问，人的心灵对于自己的感性、欲望和思想所获得的总效果是否觉得满足，跟他的本质具有直接关系，外界只不过是对我们产生一种间接的影响罢了。这就是为什么同样的外在事件或环境，对任何两个人的影响都不同；甚至在完全相似的环境中，每个人都生活在各自不同的天地。

一个人所能直接领悟的，只是他自己的观念、感情和愿望，外在世界对他的影响，只能促使他产生那些观念、感情和愿望。

两种不幸

只有在某个时间一定会到来的不幸，才有资格扰乱我们。符合这个条件的不幸很少。不幸大体有两种：一种只是可能的，大不了是极其可能的；另一种是不可避免的。纵使一定会发生的不幸，什么时候会发生并不确定。整日都为这两类不幸做防备的人，没有片刻会是安宁的。

有的不幸是否会发生根本就不确定，有的不幸发生的时间不确定。所以，如果我们不想由于恐惧不幸而失去人生的所有快乐，我们就应该把前类不幸看作永远不会发生，把后类不幸看作不会立刻发生。

不幸的事件如果已经发生，无法改变，我们就不应该再认为事情可能会演变为其他的情况，更不应该的是，认为当初如何就可以避免这件事。因为这种想法会增加自己的苦恼，使事情无法忍受，让自己成为自讨苦吃的人。

我们最好以大卫王为榜样。当他的儿子躺在病床上时，他不断地向耶和华百般苦苦哀求，希望他会康复。但儿子一断气，他就动一下指头，不再记挂这件事。

如果不能轻松做到这一点，你就需要躲藏在命运之神的庇护所，接受一项伟大的真理：事情的发生是必然的结果，是无可避免的。

适度平衡

在我看来，人生睿智行为的首要规则，包含于亚里士多德在《尼可马氏伦理》中所提到的一个观点，原文可译为：明智人士所致

力的是免于痛苦，而不是寻求欢乐。

人生睿智行为中的要点，是维持我们对目前和未来看法的适度平衡，目的是避免过分注意其中一方面，而忽视另一方面。许多人对生活过分注重现在——我认为他们是不折不扣的轻率之徒；有些人太在意未来，总是小心谨慎。很少人能在这两个极端之间保持适度的平衡。

一些非常努力、只希望生活于未来之中的人们，总是向前看，迫不及待地盼望着未来，认为只有尚待获得的东西，才会使他们快乐。尽管他们极度聪颖，其神情正像意大利所见的驴子，它们步伐之所以匆促，是因为它们头上捆绑着一根棍子，棍顶悬挂有几棵稻草；稻草总挂在前头，驴子一直试图能吃到稻草。这些人终生生活在幻想之中，他们老是“将就着”过活，直到终老死去。

享受此刻

我们心境的平静愈少受到恐惧的扰乱，我们就可能更多地受到欲念和期望的鼓励。这就是歌德的那首非常受人欢迎，名叫《我不作任何寄望》的诗歌的真正意义。我们只有先排除一切虚荣炫耀，投身于简朴无华的生活中，才能够做到心境平静，也就是到达人生幸福的坚实基础之上。

心境平静是享受此刻的必要条件。除非我们能享受一个个的片刻，否则就无缘窥见人生幸福的全貌。我们应该永远记住，“今日”只出现一次，不会再度回来。我们易于忘记，每一天都是生命中不可缺少，因此也就是无从补偿的一部分。我们不免把生命看作一个集体的意念或名称，其组成的一个分子遭受毁灭，对整个生命没有损害。

在生病和忧愁中，未受到痛苦和困扰时所度过的每个时辰，我们的记忆都会视为十分值得羡慕的时光，把它当作失去的乐园，或像是到这时候才认出某人一向够朋友。在我们身强体健的美好日子，如果有时会回想到上面的经验，我们便应该更会欣赏和享受“现在”。但是，身在福中不知福，只有当不幸降临我们身上的时候，我们才盼望那些幸福的日子再度来临。

一千个欢欣快乐的钟头就在恶劣情绪之中浪费了，美好的时光未经我们享受，白白地让它们溜走；而在天空布满阴霾的时候，徒然叹息已经逝去的幸福岁月。

当前可以忍受一时一刻，不管它们是如何的古板或普通，或是在我们不经意中过去，或是不耐烦地打发掉——这些就是我们应该珍重的时刻。

永远要记住，时光的退潮现在就在把它们推入到“过去”，随后我们的记忆会把它们打扮好，安置它们深居在闺阁——在以后什么时候，特别是当我们困苦的时候，才掀起它们的面纱，再当作我们最为喜爱和失之交臂的美人，介绍给我们。

快乐获致术

我们快乐与否，跟我们的视野、工作范围、我们与外界的接触点所受限制和界定的程度成一定的比例。如果这些限定很宽广，我们可能会比较忧心和焦虑。范围宽广就意味着我们的关心、意欲和恐怖都会增大而且逐渐加剧。我们大多会假定瞎子不快乐，其实并不尽然，否则他们的脸上不会出现那种温和、几乎是安详的平静表情。

我们已经看出，受苦是正面的，快乐只是负面的状态。限制外界活动的领域，就是减轻心意受到外界的刺激；限制我们才智的努力范围，就是舒缓心意受到内在刺激的来源。后一类的限制也带来一个缺点，就是让“无聊沉闷”进门，而无聊沉闷根本就是无数苦痛的直接来源。为了驱走无聊沉闷，人们往往会不择手段——放荡、结交损友、挥霍、赌博，以及大吃大喝等。这些不当行为同样带来一连串荒谬、毁灭和愁苦。无事可做，就难于循规蹈矩。

限制对外活动的范围不仅有助于获得快乐，而且对于获得快乐也是必要的。田园诗是唯一描写人们在快乐中生活的文学，在处理素材的本质上，着眼于把人物置于简单而有限的环境中。也由于这种感受，我们会从所谓的“世态画”上得到乐趣。

我们的心境是快乐还是痛苦，要看盘踞着我们意识的事情是什么类别。在这一方面，纯粹劳心的职业，对于其智力配合得上的人们而言，在促进幸福所做的贡献上，通常都大大地超过一般务实的生涯。因为后一类人的成功和失败经常在变换，不免带来所有的震撼和折磨。

在这一点上，必须指出的是，外勤活动会让我们不喜欢读书和研究，同时也会使我们不能安静地集中精神，而集中精神是从事这类工作的必要条件。在另一方面，长期思想使我们多少不适应实际人生的熙熙攘攘。所以，如果环境需要我们花些精力处理实际事务，我们应该把劳心工作暂时停下。

单纯甚至是单调，都将会促成我们的快乐。因此，只要能够做到，我们要争取单纯，而且如果在我们的生活方式中，单调而并非无聊沉闷，我们也要接受单调。因为在这样的环境中，生活以及生活的重负（生活与重负是根本分不开的），最不会为

难我们。我们的存在将在没有波浪或漩涡侵扰的小溪中，平静地滑行。

自 省

生活如果要完全慎重精明，并且要吸取经验的所有教训，就必须经常反思——类似于简要复述我们曾做过的事、我们的印象和感觉。把我们以前的判断跟现在我们全力以赴、希冀有所成就所定下的目标相比，就是接受由“经验”私下里一次次地给我们上课——每人都可以这样让经验上课。

处世的经验可以看作是一种教科书，反思与知识构成该书的讨论。如果我们经验甚少，而反思和知识丰富，就好像有些书每页的正文只有两行，而讨论却有四十行；经验多而反思和知识不足，就好像有些古典文献的版本，其中没有注解，许多内容含义不明。

我们在这里所给的忠告，跟毕达哥拉斯所建议的一条规则是相似的：每夜睡觉之前，把当天所做之事，加以检讨。每天随便地生活，为工作或享乐忙忙碌碌，不对过去作任何的反思——好像不断地从生命的卷轴中拉出棉线——对于自己何去何从，一无所知。这样生活的人，情绪和思想都免不了有些混乱，从他谈话的

突兀和零碎中——像是一种杂拌——我们不久就可以看出。在众多缤纷的印象之中，过着这个世界永无宁日的生活，而且自己心智能活动的相对不多，容易走上情绪和思想都出现问题的命运。

当影响我们的事情时过境迁，我们往往无法找回并重温那时在我们心中所激起的某种情愫，但是，我们能记得我们是如何被当时情况引导而说过和做过些什么。这些就可说是那些事情的结果，或是它们的外在表达和测度它们的准绳。因此，对于我们在一生的关键之际的想法，我们应该仔细地保留下来，这一点，写日记能起到很大的作用。

追逐名利、寻欢作乐、过高级的生活，是通往快乐大错特错的途径。因为这么做，是企图把我们苦难的生存转化为一连串的欣喜、高兴和欢乐——这种过程到最后一定会变为失望和妄想。就此点而言，可以相提并论的是它带来的必然伴奏：大家彼此说谎。正如我们的身体为衣服遮盖，我们的心灵则隐蔽于谎言的帷幕背后。帷幕总是存在的，我们只能有时透过帷幕猜测他人的思想，如同我们通过别人的衣着外观而获知他们的体型。

与自己相处

社会的存在有其必要条件，就是所有的社会都必然要求其成员

互相兼容克制。这就是说，社会愈大，该社会的性质就愈为乏味。人只有在单独的时候才显露本色；如果他不喜欢独处，他就不会喜爱自由。因为人只有在独处时才拥有真正的自由。

人在社会中一定需要克制自己，时时刻刻都要如此。一个人的个性愈为独特，他就愈难忍受与其他人交往所需做出的牺牲。我们或是欢迎孤独，或是容忍和躲避孤独，这完全取决于每个人的价值的大小——例如怎样看待独处时的自怜感，各人所受痛苦的全部重负如何。大智者喜欢把个人的价值估大。总之，每个人都是不同的。

如果某个人在大自然的簿籍中名列前茅，他自然而然、无可避免地会觉得孤独。如果环境不妨碍他的这种孤独感，对他将是有利的。因为如果他需要跟异类人士多做交往，那些人将会对他构成扰乱性的影响，不利于他的内心平静。他们真的会剥夺掉他的个性，而不会对他的损失给予任何补偿。

理想的社会

人与人之间，在品行和才智上，上天所设定的差别程度是相当大的，但是我们的社会总是忽视那些差别，甚至要把那些差别消灭，或者说，社会建立了人为的差别——阶级和地位的分等——

来代替它。后者与上天所建立的高下次序，往往完全颠倒。这样安排的结果就把一些才智低劣的人往上提升，把少数天赋卓越的人压制下去。遇到这种情况，有才有识之士通常会退出社会，而这类人一旦增多，平庸之人更加不可一世了。

在一个社会中，令大才大智人士恼怒的是“权利平等”，因为这些权利直接导致人人都可以自命不凡，那是大家都喜爱的。而在自然的情况中，才智上的差别就意味着所拥有的社会权利应该有相对的不同。

理想的社会承认任何类别的要求，可就是不重视才智，把才智视为违禁品。人们对于各式各样的愚蠢、乖戾和鲁钝，都表现出无限的耐心；具有才华得要获得他人的赞同，否则需要完全深藏起来。智慧上的优越自然就会冒犯别人。

所谓理想的社会，最糟糕的不仅是给我们带来无法赞美或喜爱的同伴，而且还不让我们保持天性和本色。为了做到和谐，它强迫我们蜷缩，甚至是完全变形。

虚假的卓越

富有智慧的谈话，不管是严肃的还是幽默的，只适合智慧型的社

会，对于普通人，则是彻底地对牛弹琴。要使他们高兴，就一定得大众化。这就要求我们做严峻的自抑。为了像别人一样，我们得丢弃四分之三的智力。当然，享有友伴，能够弥补我们在这方面的损失，但是，愈有价值的人愈会发现所得支付不了所失。收支两抵是负债，因为跟我们打交道的人，一般都是破产的，也就是说，跟他们交往所得，无法补偿与他们交往所带来的烦闷、不安和龃龉，或是我们必然要做出自我抑制。因此，在大多数的社会中，愿意独善其身的人都会获得实质性的好处。

真正的卓越，也就是在才智上的卓越，是不容易遇到的，即使遇到也会令人难以忍受。因此我们的社会就随意采取一种虚假的卓越，用来代替真正的卓越。前者的特性是按照习俗，建立在任意的基础之上——这种传统似乎是由较高的上层人士承袭下来的，而又像“口令”一样。可能会有所改变。我这里所指的是“好范式”。这类卓越每当跟真正的卓越发生冲突，它的弱点就会暴露出来。更重要的是，“好范式”一出现，“好见识”就离去。

除了自己，没有人能跟其他人完全情投意合——即使是最好的朋友，或是终身伴侣。个性和脾气上的不同，总会带来某些不和谐，虽然在程度上微不足道。

那种真正的心境平静，内心的完全安谧，是尘世中仅次于健康所能给予我们的最高祝福，只有在个人独处时才能够达到。而要让安谧成为一种持久的情绪，只有把自己完全置身于退隐之中。这时，如果这个人自身有什么长处和禀赋，他的生活方式将是在这个可怜的世界中最为快乐的。

另一种不幸

我所指的精神空虚，以及心灵的贫瘠，还将造成另一种不幸。当一伙比较优秀的人集会结社，以提倡某一高尚或理想的目标时，结果总是无数的大众蜂拥而来。各地方都是这样，后者的目的在于祛除烦闷寂寞，或是他们天性上的其他什么缺陷。什么事情能让他们生活快乐些，他们就毫不犹豫地立刻去攫取。他们有些人会偷偷摸摸地溜进去，有些人则会拼命挤进去，然后就完全把它摧毁，或是放肆地改变它，到最后它的目的变得跟当初正好相反。

聪明人首先要争取的是免于痛苦和烦恼，能得安静和闲暇，也就是一种平静朴实、不受干扰的生活。因此，在对“世人”略有认识之后，他会选择不求闻达，如果他具有大才智，甚至会过独居的生活。一个人的内心愈为充实，他对其他人的需要就愈少——其他人愈不能替他做什么。这就是为什么高度的智慧会使人不合

群。当然如果智慧的“质”能由“量”弥补，那还值得在这个大千世界过日子。不幸的是，一百个愚人抵不上一个聪明人。

一般人一旦免于贫困的痛苦，便不惜一切要消遣、找友伴，逢人就交往，唯恐只是单独一人。因为独处时，每个人只能依靠自己，各人的自身条件便显露出来。可怜的个性是人的终身负担：愚人纵然出身显贵，仍然会被他的个性所累，而有才智的人因为充满生动的思想，能使荒地充满人群。

要么独处，要么庸俗

塞尼加说：“愚蠢就是负累。”实在是至理名言，可以跟《圣经·德训篇》的一句话加以比较：“愚人的生命远逊于死亡。”一般来说，有人喜欢结交朋友，就因为他智慧低下，个性随俗。我们在这世界的选择，很难超出独处和庸俗、随波逐流的两端。

明智的人好像是独奏一件乐器的音乐家，他没有其他人帮助而举行演奏会。这样的人，自身就构成了一个小世界。他心智专一，独立奏出的音乐，具有各种乐器共同演奏的效果。像钢琴一样，他在乐队中没有地位：他是一位独奏者，也许由他个人担任演出；或是，如果是跟其他乐器在一起，只能担任主奏；要不然，

他是合唱中的主唱。

有些不喜欢交际的人，也许能从这个比喻中得到好处，从而定出一条常规：我们所交往的人要是缺乏高素质，可以从增加数量上做某些补偿。如果对方聪慧，有一个人做伴就足够了；但如果你所交往的尽是普通人，不妨多认识几位，因为让他们一起合作——根据演奏俄国管号的类推，就能产生一些好处。愿上天给你耐心，让你完成任务！

伟大的心灵注定是孤独的

伟大的心灵——人性的真正导师，自然不愿意经常跟他人做伴，正如学校老师不愿意跟围绕着他闹哄哄的孩子在一起游戏那样。那些伟大心灵的使命，是指导人类渡过“错误”的海洋，安全抵达真理的彼岸——把人类从野蛮而庸俗的深渊，提升到文明和教化的光明之中。

具有伟大心灵的人，生活在这个世界，但并不真正属于这个世界。从很早的岁月，他们就感到自己与其他人之间有着显然的不同，但只是逐渐的。随着时光的流逝，他们开始明白自己的地位。他们在心智方面的孤独，然后又由于实际上的退隐生活方式而获得巩固。不是在某种程度上从流行的庸俗之中解放出来的

人，是难以接近他们的。

所有伟大的心灵都注定是孤独的——这一命运有时可能会令人感到遗憾，但是选择孤独总是为祸较少。当年事渐长，我们就变得容易说出“该怎么做我就敢怎么做”。年岁愈高，日子过得愈快，我们就想到把余生专注于智慧上的事，而忽视人生的实务。只要我们神智健全，我们过去所取得的那些知识和经验，配合发挥我们个人的才能，让我们无论从事任何学科的研究，都觉得轻松和有趣。过去我们在蒙昧中所知有限的许许多多事物，现在都变得明朗清晰，每有成果都使我们感到困难已经克服。根据长时间与他人相处的经验，我们已不再对别人抱有太大的期望。我们发现，跟人交往得深入一些，并不会有所收获。

喜爱独处在从前需要牺牲走向社群的欲望，现在已经成为我们的自然性向的单纯品性——它是我们生命中的本有素质，如水之于鱼。具有独特个性的人跟一般人不同，他必然是孤立的，这就是为什么这样的人愈老愈感觉到他的处境不再是年轻时那么沉重的负担。

独处的好处

对于有才智的人来说，独处的好处是加倍的。第一，让他能清

静；第二，他不必跟其他人在一起——这是非常重要的。因为跟世人打交道需要我们抑制自己，面对厌恶甚至危险。拉·布鲁耶（La Bruyere）说得好：我们所有的祸害都来自于不能独处。

的确，喜欢跟人交往是危险的，甚至是致命的，因为它意味着跟人们接触，而其中极大多数是道德低劣的，而且资质鲁钝或刚愎。不爱社交就无须理会那些人。自身有足够的条件，不需要跟那些人在一起，实在是大幸运。因为我们的痛苦，都从需要跟别人交际、交往而来。跟人交往会破坏我们心境的平静，而心境平静，我已经说过，是幸福要素之中仅次于健康的。没有相当时间的独处，要做到心境平静是不可能的。

社交的主要理由是彼此有所需要；彼此的需要满足之后，人们本来要分手，烦闷寂寞又把他们驱赶到一起。要不是因为这两个理由，人们极其可能都独居自处。这是因为每个人在自己的心目中都觉得自己是世上唯一的人，这种绝对重要的感觉只有在独处时才能充分领略，而在熙熙攘攘的真实人生中，这种感觉很容易受到令人痛苦的否认，不久就会萎缩而消逝。从这一观点来说，独处是人类最原始的自然状态，在这种状态中，我们都像亚当一样，快乐是无限的。

一个人若能面对自己，独立自处，好处是无穷尽的。西塞罗甚至说过这样的话：一个能够完全自立，并且具备独特才能的人，不可能生活不快乐。一个人愈有独立的才能，别人对他的重要性就愈少。这种自足的感觉，让许多有真才实学的人不致为了跟世人相处而做出相当的牺牲，更别说实际上克制自己去积极参与那些活动。

一般人喜欢社交，能跟人和睦相处，是出于一种相反的感觉——他们容易跟别人相处，不容易跟自己相处。此外，这个世界对具有真才实学的人并不敬重，世人敬重的完全是不学无术之辈。所以，一些人的隐居就能说明他们拥有特异才华，或者说，他们的隐居是拥有特异才华的结果。因此，自尊自重的明智之士都把自己生活的必要条件加以限制，以便保持或扩大他的自由，但因为每个人必须跟世人有所往来，他就把深交尽可能地限制到最少。

爱好孤独很显然不是人性中最直接、最原始的冲动，而是次要的、慢慢养成的习性。它是高贵心灵的比较显著的特征，其发展一定要克服某些自然的欲望，而且还不时需要实际地对抗魔鬼的诱惑。后者争取我们摒弃令人忧郁、摧毁心智的“独处”，换取“与人为伍”，走向社群。魔鬼说，即使最坏的社交活动，也会给人们一份人类情谊的意义：

这样的痛苦生活会舍弃你，

它像一只兀鹰啄食你的胸脯！

所见最坏的社会也会显出你，

你是大众之中的一个人物。

——歌德《浮士德》

幽居的烦恼

贺拉斯说得好，人生中没有一件事物不是带着若干缺点的。或者，借用印度的一句谚语就是，莲花都有梗茎。幽居固然有许多好处，但是也有少许不便和缺点，不过比之与人相处的诸多烦恼，便微不足道了。因此，具有真正才干的人不跟他人交往，一切会更为顺利。

但是，幽居的坏处之中有一项不容易被人觉察，那就是：人们整天呆在家中，身体对环境的变化非常敏感，连门缝吹进的微风都足以让他们生病。我们的性情也一样，长时期的幽居会让我们的脾气变得非常敏感，就连最微小的事故，最无所谓的话或样子，都足以困扰和冒犯我们——这些小事通常不为普通人所注意。

喜爱社交的冲动，还可以从别的观点加以审视。在寒冷的日子，人们聚集在一起可以得到一些温暖。我们能用某一方式，跟他人

有所接触，温暖我们的心灵。但是，一个本身在才智上具有大量温暖的人，不需要靠那种办法取暖。一般来说，一个人的社交能力，几乎跟他的才智价值成反比：如果说某人很不友善，几乎等于是说其人大有能力。

社交与年龄

一般而言，喜爱与人交往的程度，跟自己年龄的大小成反比。一个小孩子只要被留下几分钟，就会发出可怜的惊恐的哭声。稍后，不许他离开房间就是严重的惩罚。年轻人只要在一起，一会儿就能彼此亲密相处，只有少数心灵高尚的青年很高兴有时候独自一人——但整天都独自一人又不合适了。成年人不在乎整天都单独一个人。独处不算一回事，年事愈长愈不在乎。对于知己大多凋零、对交往感到兴趣索然的老人，就具备着独处的最适当条件。从个别例子来看，这种喜爱与世隔绝和静居的倾向，都直接跟智力相关，说到底具有某种贵族的情结。

只有性格非常贫瘠和世俗的人，才会在老年时像年轻时那样喜欢交际。但是到了这时，他们在那不再适合他们的社会中变得令人苦恼，大不了只能勉强做到让别人可以忍受——这些人在从前是极受欢迎的。

人与人之间的共同之处，是人们的性格之中最低下、最不高贵，也就是那些平庸、琐碎、卑俗的部分。我们与这些庸人为伍，究竟能获得什么欢乐呢？那些人不能把自己提升到更高的层次，而要把一切拉到跟自己同样的低下。那些人的目的就是这样，我们还能要求他们什么呢？

忍受孤独

当你发现人类社会令人厌恶，觉得你有理由远离人群，你的本性可能会使你无法忍受独处所带来的沮丧。你如果年轻，其情况就大多如此。那么，让我劝告你，要养成跟人交往时保持着孤单感。一方面学习怎么跟友伴在一起时依然故我，并不立刻说出你的想法；另一方面，对别人所说的话，不必太推敲字义，在道义上或智力上，不要对别人期望过高，并加强对他人意见的淡漠感，就最能练习人人赞美的容忍精神。

如果你那么做，虽然你就在他们之间走动，但你看起来在生活上相当独立：你跟别人的关系完全是君子之交，保持客观的性质。这种谨慎能保持你不跟他人接触频繁，从而能让你不受他人熏染或被他人激怒。在这一方面，社群好像一把火——聪明人在适当的距离取暖，不像傻瓜一样过于靠近火，一旦被烧伤，就跑开独自发抖，大叫大嚷火会烧伤人。

人们因为忍受不了独处而对人和气友善。他们变得讨厌自己，内心的空虚促使他们与人交往，去国外旅行。他们的心智没有弹性，因为心智缺乏自身的活动，他们就努力给它一点——例如喝酒。许多人酗酒就完全因为这个缘故。他们一直在寻找某种刺激，寻找他们所能忍受的最强烈的刺激——与他们臭味相投的人在一起的兴奋。如果他们没有友伴，他们的心情就会消沉，陷入可悲的沮丧。

这些人的自身，我们可以说，只具备为人的条件的一小部分。他们需要相当多的人数，才能凑出可观的分量，达到自觉够资格成为人。优秀的人，并不代表某一小部分，而是指整体，他本身就是完全的。

妒忌是人的天性

妒忌是人的天性。它既是一种恶习，也是苦恼的一项来源。我们应当把它视为我们的幸福之敌，对它邪恶的念头加以抑制。这是塞尼加所给予的劝告。他精辟地说道：如果我们不把自己的命运跟其他更为快乐的人相比，避免自寻烦恼，我们将会对自己所拥有的一切感到高兴。还有，如果许多人看起来比我们处境更好，应该想一想有多少人比我们处境差。如果实际的灾难降临，最有效的安慰——虽然跟妒忌是同一来源——就是试想别人所遭受

的更大的灾难；其次最好的安慰是置身于跟我们同样不幸的人们——我们共忧患的伙伴之中。

我们应该永远记住：出于妒忌的憎恨是最难消除的。所以我们永远要小心，行事要有节制，以免引起别人的忌恨。正像对付其他许多恶习一样，我们最好完全弃绝在这方面可能获得的快慰，因为后果严重。

每一个尊贵的人都有一大群羡慕者围绕着，如果你是其中的一位，他们会暗地里对你怀恨在心，除非为恐惧所抑制。他们会急切地让你明白：你不比他们强。就由于他们这种热切地让你明白的态度，你可以看出他们显然自知不如你。

如果有人这么妒忌你，可采用的方法是跟妒忌你的人保持距离，尽可能避免跟他接触，使你和他们之间好像隔有一道鸿沟。如果这办法做不到，你就要完全处之泰然地忍受他们的攻击。在后一种情况中，引起他们从事攻击的因素也会使得攻击缓和下来。这方法似乎大家都采用过。各类的尊贵人士与他类的尊贵人士，通常都能和睦相处，他们之间没有妒忌的必要，因为他们各自的不同的特权，产生出一种平衡。

想象做不了判断

在实行任何计划之前，要给以多次成熟的考虑。甚至在你心头经过彻底的考虑之后，需要把人们判断失误的可能性留出余地，因为一些无法探究或预见到的情况总会出现，把你全部的计划推翻。这种想法永远会影响到收支账上的负方——在重要事情发生时所做出不可轻举妄动的警告：静止的东西不要弄动它。

但是一旦你下定决心，并且开始着手，你必须坚持到底——不要因为重新回想已经完成的事，或是再次顾虑到许多可能的危险，从而担心不已；让你的心思完全离开这个问题，抗拒再去想那件事，牢记着你在适当的时候曾经作过成熟的考虑。同样的劝告见于意大利的一句谚语，歌德曾经译为：把马鞍系好，然后自信地骑乘奔驰。

对于任何可能影响我们祸福的事情，注意不要操之过急。不要让我们过分忧心，而要冷静、心平气和地去考虑事情，把这件事看作跟我们关系并不特别密切的抽象问题。在这里，我们不应该让想象扮演任何角色，想象做不了判断——它只会唤起幻象，导致有害而且不时非常痛苦的心情。

即使夜幕刚刚降临，华灯初上，我们的心灵就像眼睛一样，对事

情还不如在白天看得那么清楚。这时候不适合进行严肃的思考，尤其不适合思考不愉快的问题。早晨才是适当的时候——无论做任何努力，不管是思想的还是身体方面的，都是如此，没有例外。因为早晨是一日的青春，万事万物都如此明艳、新鲜和轻盈。我们在那时觉得有体力，官能完全听我们使唤。不可迟于起身，把早晨缩短，或是做鸡毛蒜皮的事，或是闲谈，把早晨时光浪费掉。早晨是生命的精华，应该把它看作是近乎神圣的。夜晚就好比老年，这时候我们无精打采，喜欢说话，稀里糊涂。

每一天是一个小生命：每一次醒来和起身是小模样的出生，每一个早晨是短暂的青春，每一次休息和睡觉是小模样的死亡。

控制想象

在某些不确定的情境或时间来到之前，我们永远无法对周遭形成新观念，或是提出创新的思想。同样地，我们永远无法事先决定某个确定的时间，或是在我们预计要做的时候，对某一事情予以完全的考虑。因为在适当的时候，一些思绪不必特别召唤就可能突然变得活跃，我们只要到时候紧密地跟下去就行了。从事反省和回顾，在选择时间方面，情形也相似。

我在这里建议对想象要加以控制，同时也要求我们不去回想过去

不幸的事情，诸如我们所遭遇的不公正或伤害。我们所蒙受的损失，我们所经历的污辱、轻视和困扰，都足以构成一幅漆黑的图画，我们不要去描绘它。要是那么做，就会弄醒那些沉睡已久的可恨的情绪——那些扰乱和破坏我们天性的愤怒和憎恨，让它们置身于现实生活中。

在一篇绝妙的寓言中，新柏拉图主义者普洛克鲁斯（Proclus）指出，在每一个市镇，哪有贱民跟富贵人士比邻而居？同样地，我们每一个人，不管他如何高尚和尊贵，在他的天性的深处，存在有一大伙低贱而庸俗的意欲，足以使他构成野兽。我们不能让这些低下的意欲造反，甚至不能让它们伺机而动。它们的模样可怕，它们造反的领袖就是我在前面所描写的“想象”。

失去的价值

一桩小小的困扰，不管它是来自我们的同伴或是来自我们周围的事物，都可能一跃而变为面目狰狞的妖怪，让我们不知所措——这都是因为我们一直沉溺于我们的苦难中，用最为耀眼的颜色和最大的比例，把它们绘形绘影地画出来。对于不如意的事，最好用平常心看待，因为那也是最容易忍受的方法。

看见他人的东西，往往让我们想到：啊，但愿那东西是我的！

我们总觉得我们缺乏什么。我们不但不应该有那种感觉，更好的做法是经常把自己置身于相反的境地：啊，但愿那东西不是我的！我的意思是，我们有时应该把我们的所有物，看作是可能会丢失的。不管什么，财物、健康、朋友、配偶、孩子，或是其他我们喜爱的人，大多数情况是，只有在我们失去他们时，才开始发现他们的价值。

如果大家按照我的建议看待人和物，我们将获得双倍的好处：我们一方面在他们那儿获得比从前更多的乐趣，同时我们会尽力不让他们失去。例如，不让财物冒风险，不激怒朋友，不让配偶受到无谓的诱惑，或是不忽视自己孩子的健康等等。

整理好思绪

在处理一件事情时，我们第一步是要把我们的注意力从其他所有的事情上撤离。这样能使我们在各个适当的时间，照料每一件事，去享受或忍受它，而不会牵扯到我们其他的利害所在。我们的思绪一定要好好地加以整理，就像是把它们分别放在不同的小抽屉里，我们可以打开某一抽屉，而不会影响到任何其他的抽屉。

这样，我们就能使忧虑的重负，不会对我们构成太大的压力，不

至于把我们当前的一点点生活乐趣，予以破坏，或是把我们的休息剥夺掉。否则，牵一发而动全身，注意某项重大的事，可能导致我们忽视许多似乎不那么重要的事。

对于思想高尚的人士而言，保持自己的心灵不完全被私事和世俗的烦难所垄断，不让自己所有的注意力被占据，不使更有价值的事情置之不理，是极为重要的。就一个非常现实的意义而言，那就是“为了活命而毁坏生命的目的”。

克　己

我们必须限制我们的愿望，抑制我们的欲求，节制我们的愤怒。要永远记住，任何值得拥有的东西，每个人只可能获得无限小的一部分。然而，另一方面，每一个人都会遭逢人生的许多不幸。总之，我们必须“一忍再忍”。如果做不到这一项，任何财富或权力都无法使我们免于痛苦，这也是贺拉斯（《书函集》卷1第18节）所说的意思。他建议：

要小心考察并勤于探讨，
如何最能促成一生平静；
庶不致竟日被无谓的意欲，
恐惧或希冀无用之物所折腾。

克己也是必要的。不能克己，我们就不能按照上面的话驾驭自己。试想，每一个人都要受到环境的许多严厉的克制，不受克制，任何存在都不可能。这么一想，自我克制看起来并不是那么困难。再说，在适当的时候稍微克制自己一些，还能相当于附近一百倍大工业那部分。克己最能保护自己不受外界的强力排挤。

正如塞尼加所说，要让每一事物听从你，万一最坏的情况发生了，或是触及我们的敏感部分，我们总可以把克己的严重性放松一些。但是别人不会尊重我们的感受，如果他们要施加强力排挤，我们不会获得怜悯或慈悲的对待。因此，用克己的方法来预防别人的强力排挤，是稳健而明智的。

有所作为

亚里士多德说得对，生命在于运动。我们之所以存在，从实质上说，是因为我们的有机体是不断地运动的。如果我们要明智地生存，就必须不断地使“心”有所用——不管做什么都行，只要是一些实际的或内心的活动。一些无所事事、也无事可想的人，总是用手指头或近旁的什么东西敲击桌子，这种情况就可以证明前面的话。

事实是，我们的天性在本质上是“无法休止的”：无所事事，我

们一下子就感到厌倦，这就是无法忍受的沉闷。这种希望有所作为的冲动应该加以调节，把规律什么的引入到里面，这样将增加我们所获得的满意程度。

有所作为，即是做一些事，如有可能就创造什么，至少学习一点什么——不管是一本书或是一个篮子，他的这一意欲就将获得最完全的满足。看到自己手头的工作每天不断地有所进展，一直到它最后完成，具有一种直接的乐趣。这是牵涉艺术或文学作品，甚至不过是劳力产品所得到的乐趣。当然，成品的性质愈为高尚，它愈能给予我们更大的乐趣。

快乐是健康绽放的花朵

人世间最无助于快乐的是发财，而最能促进快乐的是健康。在脸上能见到快乐和满足之情的，不就是那些低下阶级，所谓劳工阶级，特别是在乡下生活的人们吗？在富有的上等人士的脸上，不是充满忧虑烦恼吗？

因此，我们应该尽力维持良好的健康，快乐就是健康绽放的花朵。我们应该做些什么以维持健康，像避免任何种类的过度，免除激烈而不愉快的情绪，不可过分思想，每日做户外运动，洗冷水澡等合乎卫生的措施，实在用不到我唠叨。

每日没有适当的运动，没有人能保持健康。生命的所有过程，都要求做运动，以保证各种功能的正常运作，不仅是比较直接和有关的肢体要运动，而且是全身。体内这些不停的运动，需要一些外在的动作配合，没有运动就好像是在压抑情绪一样。连树木长得好都需要风的摇动。

我们的快乐依靠我们的情绪，我们的情绪又怎样依赖我们的健康状况，可以用同一外在情景或事件，分别在我们心情好坏之时所造成的影响予以比较而看出。影响我们快乐的，不是事物的客观性质或本身，而是它们对于我们的影响是什么，在我们看来是怎样的。这就是艾匹克提塔斯（Epictetus）所说的："事物不影响人，是我们对事物的想法影响我们。"

一般来说，我们的快乐十之八九都依靠健康。有了健康，每一件事都令人高兴，没有健康，任何事都不能让人喜悦，甚至是其他的福分——伟大的心灵、乐观的性格，都因为没有健康而变质和退化。所以两个人一见面，彼此首先问安，表达祝愿，实在是很有道理：良好的健康毕竟是人生幸福的最重要的因素。

从这些我们可以看出，为其他福分——财物、晋升、学问或名誉，更别说为了一时的感官享受，而不惜牺牲健康，是最最愚蠢

的事。任何事物都应该搁放在健康之后。

双重生活

所有被重大目标所驱使、知道自己有力量创造伟大作品的人士，是最为幸福的。它给予那些人的一生更为高尚的兴趣，一种罕有的恩典。一般人因为缺乏这种机会，相比之下，生活便变得非常乏味。对于禀赋优异的人而言，人生和世界在每人每天都共享的兴趣之外，具有一种特别的兴趣，这种兴趣更为高尚，是一种正经而严肃的兴趣。他们从人生和世界收集作品的材料，一旦免于个人生活需求上的压力，便全心地致力于从事搜寻资料。

他们的智慧也一样：在相当程度上，它具有双重性格，一部分用来应付日常事务，也就是全部世人都面临的有关意欲的事物；另一部分用来处理他们的特殊工作——对人类的生存从事纯粹和客观的沉思。在这个世界的舞台上，大多数人各自演一个小角色，然后下台。大天才过着复式的生活，既是演员，也是观众。

持久不变的是人的性格

品格与幸福个性不健全的人对于人生欢乐的感受，就像美酒喝到含着苦胆的嘴中一样，无非是苦涩的。因此，所谓人生的幸福和

艰辛，并不取决于我们的遭际，而在于我们如何应对它，在于我们感受它的性质和程度。

简而言之，我们的性格和品质，是唯一立即而且直接影响到我们快乐和幸福的因素。所有其他因素都是间接而非立即的，其影响可以化解和消除，但是人的性格的影响性，是永远的。这可以说明，由性格所引起的忌妒为什么最难平息——忌妒也是最善于掩饰的。

在我们所作所为或是在我们遭受痛苦之中，我们的意识是存在并且持续的。我们的个性，在我们有生之年，每时每刻都一直或多或少地发生作用，所有其他影响都随着一切机缘变化而成为一时的、偶然的、倏忽的。因此，亚里士多德有言：持久不变的是人的性格，不是财富。

同一理由，我们对于完全来自外界的不幸，比较容易忍受，而对自己招来的不幸却更难应付。运数总是会变更的，性格则不然。因此，主观方面的福分——高贵的性格、精明的头脑、愉快的性情、乐观的精神、健全的身体，总之，身心健康是构成幸福的最为首要的因素。所以，相比获得外在的财富和外界的荣誉，我们更应该注意提高和维护自己的身心健康。

与快乐有关

对幸福最有直接帮助的是心情快乐洋溢，因为心情快乐的本身就是直接的奖赏。开心快乐的人总是有其理由的，但大抵跟天性有关。乐天的个性最能弥补其他福分的丧失。一个人可能年轻、英俊、富有而又受人尊重，你要是想知道他是否幸福，你只需要问，他的性格是否乐观；另一方面，要是他性格乐观，就不必计较他是年轻还是年老，背直还是背驼，富有还是贫穷——他是快乐的。

因此，当“快乐”敲门时，我们应该敞开大门欢迎“快乐”，不必顾忌重重，考虑是否要让自己开心。我们轻易不让自己“心满意足”，之后又怕心情愉快会影响到严肃的思考或是重大事件。

开心是直接而立即收获的，它好像是“幸福”的现金，不像其他的福分只是支票。只有它可以使我们在此刻立即快乐，我们的生存不过是在两个永恒之间所占据的无限短的一瞬。把握和促进这样的愉快感，该是我们努力追求幸福的最高目标。

克服困难就是体验生存的充分快乐，不管我们在何处遇到哪些阻挠，在生活的事务上也好，在商业或生意方面也好，或是由于探究精神想要充分掌握对象，我们在思想上有所努力所遭遇的，在

奋斗或胜利中，总有令人愉快的事。

如果我们没有机会让自己振奋，我们就会尽力制造一个。根据不同的个性，我们或打猎，或玩游戏，或是受天性的左右。我们找人争吵，密谋暗算，或是欺骗，做一般非法勾当——这一切都是想结束不能再忍受的平静无事。我已经说过：无事可做，不容易保持安静。

美貌也部分地跟快乐有关。生得漂亮的人可以说占尽好处，虽然正确地说，它不能直接地促进我们的快乐。美貌对促进快乐是间接的，是因为它能给人好感。它带来的好处不少，即使是对于男人。生得漂亮是一封公开的推荐信，让人立即喜欢推荐信的持有者。

幻　象

我们应该避免被幻想的幽灵牵引。概念经过明晰的思索而构成指引。任凭幻象牵引跟接受这种指引是不同的，然而人生的这些规律却为大多数人违背。在任何思考中，最后决定我们采取某一特别途径，如果我们加以仔细的观察，就会发现，这个决定的形成，并不是出于各个概念经由明确的安排而一步步导致的一个正式的判断，而是受到看来可代表该途径的某一幻想的图

像所影响。

我们永远不应该被一时的印象所操纵，也不应该为事物的表象所左右，这些印象和表象对我们的影响，其力量远远超过思想的或系列概念的单纯作用。它们之所以影响力大，不是因为这些一时的印象能供给丰富的资料（事实往往是相反），而是因为我们的知觉跟它们很熟悉，其作用是直接的。它们强行侵入我们的心灵，扰乱我们的平静，粉碎我们的决心。

许多天才和伟大的学者在年老时变得心智衰弱、幼稚，甚或疯狂。19世纪初的司各脱、华茨华斯、骚塞等几位著名英国诗人，他们在年老甚或在六十几岁时，毫无疑问的，在智力上变得迟钝无能。事实是，他们到达那一阶段时，因为受到大笔酬劳的鼓励而被牵引，竟至把文学当作买卖，为钱而写作。他们之所以成为低能，原因就在这里。这种情况诱导他们不自然地滥用智力。不断奴役灵感、驱策诗神的人，总会受到惩罚的，这跟过分地沉溺于消耗他类精力一样。

天才都是忧郁的

柏拉图把人分成两类，一类是性情开朗的人，一类是个性阴郁的人。他指出，不同的人对于快乐和痛苦的印象，显出不同程度的

感受性。有人感到失望的事，另外的人会一笑置之。一般而言，对于痛苦的印象具有的感受性愈为强烈，他对于快乐的感受性就相对低弱。反之亦然。对于一件可能转好或转坏的事情，如果这事变得不利，个性阴郁的人会懊恼或悲伤，如果变得有利，也不会高兴；另一方面，性情开朗的人对于不利的问题，既不会忧虑也不会不安，如果转为有利，就会大喜。事情十有九件成功，前者不会高兴，反而为一事未成而烦心；后者如有一事成功，就能找到慰藉，保持开心。

尽管健康对于心情愉快帮助极大，且后者是构成我们幸福所必需的，但是心情愉快并不完全依赖健康，因为有人可能身体百分之百健康，而仍然性情忧郁，每日愁思不断。最主要的原因无疑出于天性和体质，尤其是我们的敏感性跟体力和精力的一般关系。

异常的敏感会产生不平衡的心绪，一种过分的抑郁，而不时爆发为不可压抑的意气洋洋。天才就是神经作用或敏感性过分的人。亚里士多德说得非常对：“哲学家、政治家、诗人或艺术界杰出的人，看来都性情忧郁。”西塞罗常常这么说：“亚里士多德说，天才都是忧郁的。”

获得上天和命运所赋予智慧的人，将会热切而小心地维持开放内

在的快乐泉源。要做到这些，独立和闲暇是需要的。要获得独立和闲暇，他会自愿节制欲望，珍藏他的资源。因为他不像别人，他的快乐不只限于外在的世界，这就使他更加克制和谨慎。

因此，他不会为了期望官位、金钱或是他人的好处和赞许，而出卖自己以迎合低级意欲和粗俗品位。在这种情况下，他会遵从贺拉斯在信中给米西纳斯（Maecenas）的劝告：为“外我”而牺牲“内我”，也就是为了光辉、官职、排场、头衔和荣誉而放弃个人全部或部分的安闲和自主，是莫大的愚蠢。

不受打扰的闲暇

大部分的人闲暇能产生什么呢？——除了正在寻欢作乐，或是做傻事之时，只是感到厌烦和无趣。这些闲暇的价值太少，这可以从大家如何打发闲暇看出，一如亚里奥斯图（Ariosto）所说，愚蠢的人空闲时刻是多么可悲啊！一般人只想如何“消磨”时间，有点才智的人是尽量如何“利用”时间。

才智有限的人易感烦闷，是因为他们的才智只是意志的动力的工具。当没有特别的事情需要让意志发生作用的时候，意志就休息，有些人才智随之放假。他们的才智跟意志一样，需要外因来发动，其结果就是人的各种能力的可怕的停滞——烦闷。

为了对付这种可悲的感觉，人们争相从事仅可欢娱一时的琐事，希望这样可以让意志作用，从而得以运用智能，因为完成意志的动机是智能。跟自然的真正动机相比，这些动机只是纸币和银币的关系，因为前者的价值是随意定的——纸牌和麻将牌等，就是为了达到这样的目的而发明的。一个人在无所事事的时候，可能玩弄手指，敲打任何东西，甚至拿着一支雪茄烟也好，以代替运用大脑。

不受打扰的闲暇，并不是大家都能拥有的，它跟人的天命是根本相抵触的，因为一般人的命运是为个人糊口和家庭生计而终其一生。它是贫困，需要奋斗，并非才智驰骋的天之骄子。一般人对不受打扰的闲暇，不多久就会感到烦闷，要是没有设想的或必然的目标，例如各种游戏、消遣和嗜好，把闲暇占据，闲暇立即变成负累。因为这样，闲暇是极有可能充满危险的，所谓“人无事可做时，很难保持安静”。在另一方面，超越普通人的那份智慧不但不自然，而且是反常的。但如果它的确存在，而且具有那份智慧的人能够获得快乐，那人需要的就是别人发现是负担或是危险的“不受打扰的闲暇”。

没有闲暇，好比飞马神被牢牢地捆绑着全副辔头，他是不会快乐的。如果不受打扰的闲暇和大才智这两种不寻常的外在和内在条

件都碰巧发生在一个人身上，那将是极大的幸事。如果命运如此有利，人就能过着高层的生活，不为人生的两大相对的苦源（痛苦和烦闷）所侵扰，一方面不必为自下而上作痛苦的挣扎，一方面又有能力承受闲暇。人们要逃避这两重不幸，唯有让它们彼此抵消。

幸福来自内心

我们从外在世界所能获得的东西很有限。外在世界充满悲哀和痛苦，我们要是离开，那些烦闷又在各处等待我们。不仅如此，邪恶一般都占尽上风，愚蠢的叫闹声最为洪亮。命运是残酷的，人类是可怜的。

在这样的一个世界中，内在丰富的人好比圣诞节之时的一间明亮、温暖、充满快乐的屋子，而外边是结冻下雪的隆冬夜晚。毫无疑问，世上最快乐的命运是个性丰盈的珍贵禀赋，而更为特别的是具有可羡的才智。这是最幸福的命运，虽然可能不是最光辉璀璨的人生。

一般人把毕生的幸福置于自身以外，他们把幸福寄托在财产、地位、配偶和孩子、朋友、社团之上，一旦那些身外之物有所丧失或令人失望，他们的幸福基础就被毁了。

也就是说，这些人的重心不在自己，愿望和幻想每有变动，他们的重心也会变动。

如果他有钱，他今天的快乐是乡间的别墅，另一天是买马，或欢宴朋友，或是旅行。总之，一生享尽荣华，理由是他在自身之外寻求乐趣。像一个失去健康的人，他试图用补品和药物来恢复健康，而不想发展自身的生命力，也就是未顾及他失去健康的真正来由。

我在这里所强调的真理——人生的幸福，主要来自内心，得到亚里士多德所做出最为正确的观察的确认。亚氏在《尼可马氏伦理》中说："每一乐趣都必须先要进行某种活动，也就是先要运用某些能力。做不到这些，乐趣就不可能存在。"

亚氏主张，人的快乐幸福在于自由运用个人的最大才智。上天所赋予人的那些能力，原本的目的是让他跟大自然的困难搏斗，但如果无须作这样的搏斗，未能使用的能力或精力倒变成人的负担。因而我们就得用工作或玩耍消耗精力，其目的只是为了避免生活烦闷的痛苦。感到烦闷的最大受害者是有钱的上层人士。

每个人在年轻时，都必然是体力充沛、精力旺盛的，只是体力和

精力跟心智能力有所不同，无法长时期维持高峰状态。到后来，那些绅士淑女或是缺乏心智能力，或是心智能力未能获得发展，或是未能储存材料让心智能力有所作为。他们的困境是可悲的，然而，他们仍旧保有意志，因为只有意志力是不会枯竭的。

他们于是用极度的激情，例如输赢巨大而必然会令人堕落的赌博，来刺激他们的意志。一般而言，人要是无所事事，他一定会选择适合他能力的娱乐——打球，下棋，狩猎，绘画，跑马，搞音乐，玩牌，作诗，研究宗谱、哲学或是其他业余嗜好。

一般人感兴趣的事，也就是跟个人利害有关的事，只能刺激自己的意志。经常去刺激意志，怎么说都不是一件好事，换言之，它牵涉到痛苦。玩牌是各处“高尚社会”的普遍消遣，是提供这一类刺激的工具，因为涉及的刺激甚小，所造成的痛苦不大而短暂，并非真实而永久。事实上，玩牌只是给意志搔痒罢了。

智力高超的人有能力对纯粹是“知识”、跟“意志”无关的事物抱有浓厚的兴趣。不但如此，这类兴趣对他也是必须的。这可以让他生活于没有痛苦、十足是神仙安居的境界中。

于是我们见到两种景象——一般大众的生涯，全力地为个人的微

小利益，为所有的不幸，作长期无奈的争斗和努力。一旦这些目的达到，稍能返回自我，又为无法忍受的烦闷所包围，这时唯有靠激情的野火才可以使自己再度振作；在另一边，我们见到智慧高超的人，他的生命具有丰富的思想，生活充实而富有意义，自身具备高贵的快乐源头，一旦能摆脱俗务，便为有价值和有趣的事情忙碌。他所需要的外界的激励，大多源于自然的现象，对人生事物的思考，以及古今中外人的事功，这一切只有这类优异分子才能充分欣赏、理解和同情。

正因为有这类优异分子，那些伟人才真正地生活过，由于这类优异分子的存在，那些伟人被看成是伟大的。对于那些伟人及其追随者，其他的人只是道听途说，一知半解。当然，睿智人士的这一特点意味着他比其他人多一层需要，他需要阅读、观察、研究、沉思、练习。总之，他需要不受打扰的空闲时间。

两个生命

伏尔泰说得好："没有真正的需要，就没有真正的乐趣。"自然、艺术和文学具有不同的美丽，这些趣味之所以为一些人欣赏，而跟另一些人无缘，就是因为前者有这些需要。把这些乐趣奉送给无此需要、也不会欣赏的人，好比期望白发苍苍的老朽沉溺于热恋一般。

具有这些天赋的人生活于两个生命之中，一个是自身的生命，一个是睿智的生命。而且后一生命会逐渐被看作真实的生命，前一生命只是当作导致睿智生命的手段而已。其他人则把这类肤浅、空虚而充满困难的自下而上的自身的生命当作生命的目的。

智者会让睿智的生命获得优待：由于洞察力的知识不断增长，睿智生命就像缓慢形成的艺术品一样，需要持之以恒、长久的强烈感情，一种愈来愈完整的同一性。与这一生命相比，专注于达成自身安乐的生命，纵然范围可以加宽，但绝对无法深刻化，它毕竟只是拙劣的表演。然而，一般人把这类卑下的自下而上的自身的生命当作生命的目的。

第一类是维持和满足“生命力”——诸如从食物、饮料、消化、休息和睡眠所得来的乐趣，世界上有若干种族就以这些作为他们典型的民族性的乐趣；第二类是从“体力”得来的乐趣，包括步行、跑步、摔跤、跳舞、斗剑、骑马，以及类似的体能活动，有的当作运动，有的成为军事生活或真实战争的一部分；第三类是满足“感受力”或感性所得来的乐趣，包括观察、思考、体验、欣赏诗文或音乐、学习新事物、阅读、静修、从事发明、搞哲学等等。

大家都明白，我们所运用的能力愈为高尚，它所给我们的乐趣就愈大，因为乐趣总是涉及我们如何运用能力，而“快乐”就在于“乐趣”不断地重复。在这方面，感性所带来的乐趣，无疑会超过其他基本的两类。其他两类在牲畜中同样地存在，甚至更为显著。让我们跟其他动物有所区别的就是这种独特的感性。我们的智力包括感性的各种形式，充足的感性使我们能享有心智方面的乐趣，即所谓“知性的乐趣”。感性愈为充分，乐趣就愈大。

心灵的财富

不管友谊、爱情、婚姻是如何的亲密，一个人完全要靠自己照顾自己，大不了可以向孩子求助。在业务上，或是在情谊方面，你与一般人愈是不需要接触，你的生活就愈为理想。寂寞和独处固然有其各种坏处，但是如果我们不能马上一一感觉出来，至少我们能够看到它们的藏身所在。另一方面，与人交往就包藏着阴险奸诈。在表面上我们可能获得愉快社交的消遣，带来的却往往是无法弥补的大祸害。年轻人应该很早接受训练以便能够独处，因为独处是快乐和心境平静的一个来源。

上天赋予充分智慧的人是最快乐的，所以主观因素比客观条件对我们的关系更为密切。客观条件无论是哪种，对我们的作用都是

间接的、次要的，而且必须经由主观因素，才得着落——这一真理，鲁西安（Lucian）表达得最好：

心灵的内在财富是真正的财富。
其他一切都可能弊多于利。

——《警言》第12章

具有内在财富的人，并不需要外界的帮助就能发展自己的聪明才智，使之开花结果，也就是他得以享用自己的财富。总之，他需要在一生中的每天每时，能够保持“真我”。如果他有天分给全人类留下他的独特思想，那么只有一个准绳决定他是否快乐——他能否充分发展他的才智，完成他的作品，其他都不重要。因此，古今的伟大人物，都把不受打扰的闲暇，看作跟自身同样有价值。

伟大的天分意味着一种性质很敏锐的活动，也就是对每一种痛苦都特别敏感；而且，这种天分表示极为强烈的性情，观念范围大而生动，这就使得拥有者在情绪上相应地表现强烈，其超出一般人的程度简直是无从比较的。

在这世界上，能导致痛苦的事物，比之能产生快乐的事物，要多

得多。天分高的人，容易跟他人和他人的所作所为疏远。因为天分愈高的人，所能发现他人的天分就愈少，他人喜欢的各种事物，他都觉得肤浅无趣，到处可以感觉到的“补偿律”。

也许在这里可以找到另外一个例子，这是我们时常听到的，那就是：才智有限的人说到底是最为幸福的，说来也不无道理，虽然他的命运并不值得羡慕。

所求与所得

幸福研究大师伊壁鸠鲁把人类的需求分成三类。他的区分很精确。首先是自然而必然的需求，例如食和衣。如果不能满足，便会导致痛苦，这类需求很容易得到满足。第二类需求虽然合乎自然，但并不是必要的，例如满足我们的性欲。我要补充的是，在戴奥基尼·赖尔提斯的记述中，伊壁鸠鲁并没有说明是满足哪些感官，因此我在这里所叙述的他的主张，比原文更为确定。这类需求比较难于满足。第三类需求既非自然也非必要，这些需求包括奢侈、挥霍、讲究排场和炫耀。这是没完没了的，非常难于满足。

要使用理性把我们对财富的欲求定出界限，纵然可以做到，但也是非常困难的，因为没有一个绝对的或确定的财产数字，能拿来

满足每一个人。这数字永远是相对的，只是在他“所求”和他“所得”之间维持一个比例。

要衡量一个人的幸福完全依靠他得到什么，而不同时知道他希望得到什么，就好比只知道一个分子式的分子，不知道分母，而要想得出它的数值，只会徒劳无功。一个人若是对某些东西无希求，决不会觉得有所缺失，没有那些东西，他照样快乐。另一人比他多一百倍的财物，只要有一件他要的东西没有得到，便会苦不堪言。

事实上，在这方面也一样，每个人都有自己的地平线，他所期望的只是他觉得可能得到的。在他的地平线之内的每一件东西，如果他认为有信心可以得到，他会快乐，其间要是发生阻碍，他就会觉得痛苦。在他地平线之外的东西，对他没有影响。

人们爱财是自然的，甚至是必然的。钱财像永不疲乏的海神，人们不管有什么意愿，一时间决定要什么，他总是能立刻变成什么。

我奉劝大家对于所赚来或是继承的钱财，应该小心保存。这一话题，我认为是值得讨论的。人在一生开始之际，若有一笔钱能让

自己独立，也就是无须工作而能生活舒适（即使是足够个人而非全家），其益处是无法估计的。贫困像瘟疫一样，紧紧地依附于人们的生活中，钱财能使人免于这一慢性病的侵害，它使我们从自然命运的强迫劳动中解放出来。

如果继承财产之人具有高度的智力，他又决心要从事跟赚钱不相配的事业，这样的一笔遗产能达到最大的价值。人经由命运这么双重的赐赠，可以按天分而生活，这样的人可以达到他人无法达到的成就，他的伟大作品可以促进大众的福祉，给全人类增添光荣。另外有人可能会利用他的财富从事公益事业，这令人赞佩。无数的人最终陷于贫穷，就是因为他们在有钱的时候，为了解除烦闷的压迫感，大手花钱，以求得片刻的平静。

他人眼中的我们

如果我们把自己在自己心目中的价值，和他人对我们的评价，作一个适度的比较，对于促进我们的幸福将会大有帮助。另一方面，别人对我们若有认识，则发生在他们的意识中，并不在我们的意识范围。我们只是我们在他们眼中所呈现的人物，以及我们的形象对他们所引起的思想。但是这些对于我们并不是直接的和立即的存在，只是对我们具有间接的影响，因为别人对我们的行为受到那些印象的指导。即使是这样，那些看法和行为对我们的

影响，也只在于它们对我们“心目中的自我”具有修正的作用。

幸福最主要的因素在于健康，其次就是维持独立生活和免于忧患的能力。一方是前述的那些基本因素，另一方是荣誉、排场、勋位和名声。这之间无从比较或补偿，不管我们怎样重视后者。若需要牺牲后者换取前者，没有人会犹豫的。

当我们见到人们全力争取某些事物，费尽千辛万苦，冒险犯难，无非是为了让人刮目相看。当我们见到不但官职、头衔、勋章的猎取，就是财富甚至知识和艺术修养的获得，都是为了赢获人们更大的尊重——这些难道不是确凿的凭据，证明人类的愚蠢已悲哀到无以复加的程度吗?

把他人的意见给以过高的评价，是各处的通病。这毛病可能根植于人性的本身，或是文明和一般社会制度所导致的结果。但不管其来源如何，它对于我们所作所为的影响太大，对我们的幸福造成莫大的障碍。

人的幸福主要存在于心境平和满足，因此，如果我们能把人性之中的这一冲动，减低至合理的程度，对于促进幸福将有极大的助益。这么做，我们应该能够除去心腹中的一大祸患。但是，这是

很困难的事，因为这一冲动是人性中自然的和内在的悖谬。

我们对于他人的意见，无论是迎合我们的还是令我们痛苦的看法，都要认真地考虑并适度地估计相对的价值，从而尽可能地减轻我们对他人意见的高度敏感性。因为不管是令我们高兴或是让我们沮丧的他人言词，都是诉诸我们的同一情绪。如果不那么做，我们就成了他人看法之下的奴隶：

渴望赞美的人，
太容易因鸡毛蒜皮
而变得抑郁或兴致冲冲。

——贺拉斯《书函集》

人们判断一个人在社会上是否有用，并非根据自己的意见，而是取决于他人的看法。于是人们就千方百计地要让他人对自己有好感，把“他人的好感”看作价值重大。这是人生中本有的内在特质，我们把它叫作荣誉感，而从另一角度又可以称之为羞耻心。

在他人面前，眼看别人就要就一件事做出对我们的看法，我们的脸上就出现红晕，就是这种心理的缘故（让我们羞惭的事，包括我们明明知道自己无辜，或是所谓过失并未涉及绝对的责任，只

是自愿承担者而已）。相反的是，当我们相信或了解到他人对我们信任有加，我们所获得的勇气是无可比拟的，因为这情形意味着大家都会帮助我们、支持我们。众力共同抵挡人生的不幸，相比较我们各自捍卫自己，要容易多了。

虚　荣

我们应该谨慎地劝人，不必太重视别人对自己的想法。日常的经验告诉我们，人们不断地一再犯这一错误。大部分人所注意的正是别人的想法，而对于自己意识中最直接的认识反而不那么关心。他们把自然秩序倒过来——把他人的意见看成是真实的存在，却把自己的意识当作可疑之物；他们把衍生的次要东西当成主体，同时把他们外界所见到的自身形象，看得比自身还重要。

他们这样从并非直接的存在得出直接的结果，便陷入了称为“虚荣”的荒谬——“虚荣”这一用语之所以妥帖，就在它无实质、无内在价值。像守财奴一样，这些人一心一意想取得手段，却忘了目的。

面对影响我们祸福的所有事情，我们要小心不让自己胡思乱想，不要建造空中楼阁。首先，建造空中楼阁的花费很大，因为我们又得立即把它拆掉，这就是悲哀的一个来源。我们也需要提防，

对于只是可能发生的祸患，不作胡乱臆测，以免我们作无谓的忧心。如果这些祸患完全是心中想象的或是极不可能发生的一类，我们应该好似梦中醒来，立刻看出整个事件只是虚幻；我们应该为现实优于梦境大为高兴，大不了把它看作虽是遥远但仍然可能发生的祸害的警告。

但是，我们的想象力并不喜欢玩这些把戏，我们只在悠闲的时刻，做一些令人愉快的描绘性的遐想。让我们忧心忡忡的素材，在某种程度上是真正威胁我们的祸害，尽管它离我们还有些距离。想象中的这些祸害比其实际情况看来更严重，更可怕。这一类的梦在我们醒来时，不像美梦那么容易消失，因为美梦不一会儿就会被现实所驱走，至多只会留下微弱的、有可能实现的希望而已。

我们应该弄清楚，荣誉的本身并没有真正直接的价值，所有的只是间接的价值。如果我们大体能摆脱这一普遍的愚昧，其结果将对我们的心境平和和愉快有所增益，其情况目前不是我们所能想象的。人们将会更为坚定和自信地面对世界，而总的来说，态度上不会那么害羞和抑制。

可以看出，一种隐逸的生活模式对于我们心境宁静有着极为有益

的影响，这主要因为我们不必老是看到别人，整日听他人胡乱发表意见。简而言之，我们能够返回自我。同时，我们还可以避免许多实质上的不幸，那就是我们被误导而徒然努力，更正确地说，是我们沉溺于一种恶作剧的愚昧所造成的。所以我们要多注意真实事物，多享用它们，不像现在受到这么多的阻挠，但是，“值得做的事是难于做到的”。

全世界愚人

自负的人多话，自豪的人缄默。但是自负的人应该明白，他所希望的得到他人的好感，比较容易而且一定能得到的方法是坚持不说话；靠说话就难得多了，尽管有满腹经纶可以卖弄。模样骄傲的人并非自豪的人。装扮的个性都会放弃的，其他假扮的个性也一样。

只有对自己卓越的才干和特殊价值具有坚定信念的人，才配称为骄傲自豪——人们据以自豪的信念也许是错误的，或者是建立在偶然的各个传统的优点之上。然而自豪毕竟是自豪，只要它是诚挚的。

因为自豪是植根于信念，它就像所有其他形式的知识一样，不在我们自己能加以裁决的范围之内。自豪的最大敌人——也就是它

的最大的障碍——是骄矜。骄矜就是要博取他人的喝彩，以便获得能肯定自己高度价值的必要基础，而自豪是基于原来已经存在的信念。

由于大多数人都是那么的无理和蛮横，任何人只要有任何长处或优点，如果他不是完全想被别人遗忘，就应该牢牢地盯住它。如果你忽视自己的优越之处，尽是跟平庸之辈亲切交往，打成一片，他们就会老实不客气地把你当作他们的一分子。

这项劝告我特别拿来奉献给具有一流才华——有真才实学的人。真才实学毕竟不像勋章和头衔，能够整日都不离他人的眼睛或耳朵。这些人若是不接受我的劝告，将会发现，“亲近产生轻视”，或许像罗马人常说的，“笨猪要跟智慧女神上课。”阿拉伯有一句极好的谚语：“跟奴隶开玩笑，对方立刻忘形。”我们也不该轻视贺拉斯的话：“有资格自豪就应当自豪。”毫无疑问，“谦虚”成为美德之后，让愚人占尽便宜，因为大家都希望各人把自己说成是蠢人。这真是平头的平等，让全世界看起来都是愚人。

无论如何，个性远比国家性、民族性重要得多。就个人而言，个性尤其值得多多考虑。民族性涉及亿万人士，你不可能对别人大

加赞扬而仍然诚实。国家性不过是人类的褊狭、悖逆和卑劣性格在各国所表现的特殊形式的另一名称。要是我们讨厌某一国家性，而赞扬另一国家性，我们对这一国家性，不久就会同样感到厌恶的。每一个国家都讥笑其他国家，大家的讥笑都对。

荣誉的定义

如果我说“荣誉是外界的良心，良心是内在的荣誉”，许多人无疑会同意。但是这样的定义只是徒有其表，几乎没有谈到问题的本质。我比较喜爱的定义是：“荣誉有客观和主观两方面，客观方面的荣誉是他人对我们价值的意见，主观方面的荣誉是我们对他人意见的尊重。”从后一观点来看，荣誉对于信守荣誉的人，通常具有一种极为有益但并非纯然是道德上的影响力。

除了极端腐败的人，每个人都有荣誉感和羞耻心，荣誉更在各地都被认为具有特别的价值。其理由是：单独一个人就像荒岛上的鲁滨逊，他所能获得的成就非常有限。人的能力只有在社群中才有望充分发挥作用。当我们的意识开始萌发之后，不久就会发觉心中涌动着要被他人看作是社会有用分子的欲望，那就是能尽到做人的职责，而且能取得社会上的权益。要成为社会有用的一分子，人们就得做到两件事：第一，每个人不管在何处都该做的事；第二，每个人出于自己的特殊位置而该去做的事。

“诽谤”是唯一可以用来从外界攻击“荣誉”的武器。驱退这一攻击的方法是，用中肯的宣传驳斥诽谤，而且适度地暴露出散布诽谤者的真面目。

对于“职位荣誉”（Official Honour）的一般看法是，充任职位的人真正地具有执行有关任务的资格。一个人在政府执行的职务愈大愈重要，他所担任的官位就愈高愈有影响力，一般人愈是认为他在品德和才干上的优越使他适于担任该职位。因此，地位愈高的人，愈需要在头衔和官等上给予他更大程度的荣誉，其他人对他也更为谦恭有礼。

一般说来，一个人的官位就暗示他应得的尊崇，尽管民众因为无能力了解他的职位的重要性而有所修正。无论如何，担任特别职务的人事实上比平民大众得到更多的荣誉，后者的荣誉主要是避免无荣誉。

一般人对女性荣誉的看法是，在少女时候是纯洁，嫁人以后是贞操。这一看法的重要性是基于下面的考虑：妇女在诸多方面要依赖男性，而男性只有一件事需要依靠对方。因此，彼此依赖的安排便建立了——男人承担女子及以后所生子女的一切需要，这是为整个女性福利所作的安排。要实行这一计划，女性必须团结在

一起，表现出集体精神，统一战线对付共同的敌人——男性。后者以其优越的体力和智力，占有了世上的一切美好事物，女性必须竭尽全力包围和征服男性，以便人财两得。

男性荣誉是女性荣誉基于“集体精神”所带来的产物。婚姻对女性是大为有利的，当男人向结婚投降的时候，他必须信守合约中的各项条款。一方面是为了条约的遵行不容废弛，另一方面也是希望在放弃一切之后，所得到的好处——独占权，至少有所保障。因此，为妻的要是破坏婚姻，男性荣誉要求他不加宽恕，起码的处罚是跟她离婚。如果他不追究这件事，他的同伴会认为他不知羞耻，但不像女人丧失荣誉那么糟。对于男人，这一缺陷是次要的，因为他一生中有许多其他大事要做。

承受侮辱

假如我们的作为和品格使他人不能不对我们致以最高的敬意，但只要有任何人，不管他怎么坏或怎么笨，说出一些贬抑我们的话，我们的荣誉就会受到损害，甚至荡然无存。不在于他人所想，而在于他人所说的话。还可以提出另一项证据，那就是，说过侮辱的话可以撤消，如有需要，还可以道歉，这就使得侮辱的话好像没有说过似的。至于侮辱的话所表达的看法是否已经改正，为什么他人会说那样的话，就完全不重要了。只要所说的话

收回了，一切和好如初。这类行为的用意，不在于赢得尊敬，而是强使他人尊敬。

我们的所有行为也许是依照最公正和最高贵的原则，我们的精神即使是最纯洁的，我们的理智纵然是最为上乘的，但任何人只要高兴指责我们，我们的荣誉就扫地无遗。这里所指的任何人也许尚未违犯这项荣誉，但在其他方面就可能是最坏的恶棍、最愚蠢的蛮子、游手好闲之辈、赌徒、负债累累的人，总之任何种类的不耻之徒。通常最可能侮辱人的就是这些家伙。

塞尼加说得好："人愈是可鄙和可笑，愈是喜欢说他人的坏话。"他侮辱的对象通常就是刚才说的那些高节之士，因为不同品位的人不可能成为朋友，卑劣之徒眼见他人的优点，每每引起私下的愤恨。所以歌德说：

为什么要对仇敌不满？
我们的天性就永远在暗地
让他们自惭，他们还可望
成为我们的朋友吗？

——歌德《西东诗集》

“荣誉人”在面对不确凿的谴责时，应该表达深深的愤恨之情，并回应以流血为报复。由于谎言每天满天飞，上述事情的发生令人似乎感到惊异。但这项陋习已变得根深蒂固，事实上，中世纪的刑事审判还容许更为简短的方式。在回答指控的时候，被告可以说：“指控是谎话。”就立刻把案子交给“上帝裁判”了。因此，武士荣誉的典范有明确的规定，对方说谎之后天经地义的事就是诉诸武力。

如果你对一只狗咆哮，它同样也对你嗥叫；你摸摸它，它就摇尾巴了。人们以暴制暴，以敌对奉还敌对，遇到任何轻视或仇恨都会感到痛心和不安。人的天性就是如此。西塞罗说：“侮辱和谩骂留下的伤痛，就是深明事理的人也觉得难以忍受。”在这世界上，除几个教派之外，没有人能泰然地接受侮辱或挨打。

然而，从自然的观点来看，人们对于报复的要求总要跟对方的冒犯程度成比例，怎么也不至于一定要把指责我们说谎、愚昧或怯懦的人置于死地。古日耳曼的“挨打得用血偿还”的说法，是令人厌恶的对于豪侠精神的迷信。无论如何，我们对侮辱采取报复是由愤怒决定的，不是出于鼓吹“豪侠”的人士试图添加的荣誉感和责任心。

如果有两个勇猛的人相遇，彼此都不肯让步，略有碰撞就会引起一连串咒骂，然后动粗，最后就是致命的一击。他们要是把中间的步骤除去，立刻拿武器解决，才算真正是更为体面的行事。

直接诉诸暴力有它自身特殊的规矩，这些规矩后来发展为严格的法律系统和条文，凑在一起构成一曲最为庄严的闹剧——一座专门敬拜愚昧之神的庙宇。一般的情况是，两个勇猛的人为了小事争执（比较大的事件仍需要法庭解决），两人之中比较聪明的一个自然会让步，他们将同意各持己见。

事实告诉我们，无数不承认武士荣誉的一般人，都会听任争执自然发展。一般人动武而使对方致命的比例，只是占例行决斗之阶层的百分之一，在整个社会的数目上恐怕还不到千分之一。这些人连打斗事件也是罕见的。

真正欣赏自身的价值，会让我们对于他人的侮辱漠不关心。但是如果我们无法不憎恨他人的侮辱，少许的世故和教养会帮助我们隐藏愤怒，不失面子。只要我们能消除有关荣誉的迷信（认为人一受侮辱，荣誉就告消失，只有以牙还牙，荣誉才可望恢复），侮辱和贬抑他人就会像是输家取得胜利的一场打斗。这将会像蒙惕（Vincenao Monti）所说的，“责骂人”好像是教会的游行，

它总归是要回到起点的。如果人们能这样看待侮辱，我们就无须粗口回骂，以证明自己没有错。

名声是一种偶然

名声和荣誉是孪生兄弟，像宙斯的孪生子波卢克斯（Pollux）和卡斯托（Castor）一样，一个是不朽的兄弟，一个生年有限。当然，我所说的名声是最高级的，不折不扣的那一种。名声是有多种的，有些名声只能维持一日。荣誉乃是有关每个人在相似的情况下应有的表现，名声所要求的品质则无法期望每个人都能拥有。

与荣誉相关的品质，是每个人都有权赋予自己的，与名声相关的品质必须由他人承认。我们的荣誉只能遍及于认识我们的那些人，而名声则一往直前，它到哪里，哪里就有人知道我们。每个人都可以认为自己具有荣誉或操守，够资格具有名声的人很少，只限于已获得异常成就的那一些人。

荣誉或操守一般都会获得公正的赏识，不致受到妒忌的攻击。这是因为每个人都拥有荣誉或操守，除非有关人士已被证明名誉扫地。但是名声要克服他人的妒忌，靠争取而得的。颁发名声的仲裁庭的裁判，根本上都是对申请人有偏见的。荣誉是我们能够也

愿意跟他人分享的，名声却容易受到侵害，求名的人愈多愈不容易获得。

名声虽然难于求得，但求得之后却很容易保持。在这方面，它又是跟荣誉对立的，因为后者可以认定人人都本来具有。荣誉无须赢取，可就是不能够丧失。这就是它的难处所在。只要一次不当行为，荣誉就会丧失殆尽。但是名声照理说是永远不会消失的，因为藉以赢得名声的功绩和作品不至于冰消瓦解。名声是伴随立功者或创作者的，尽管他后来没有再做什么。那些会消失的名声只是虚假的，或者说是名不副实的，只是出于一时的过分估评。

名声说到底不过是一个人与其他人相比而已。基本上，名声以性质而言是相对的，所以只有间接的价值。一旦其他人都变得跟“名人”一样有名，他的名声就完全消失了。绝对价值只可能是人们在任何情况下都持有的，这就只能是直接的、就其人而言所具有的本质。所以，值得具有的是伟大的心胸或是伟大的头脑，而不仅仅是有关的名声，导致幸福也由于个人的本质。我们应该重视的是那些能赢得名声的本质，而不是名声本身。

人的本质就像是真正的基本的实体，名声是一种偶然，要是会影响到本人，就主要因为它是一个外在的表征，能用来确认他对自

己的看法罢了。光线未遇到反射体，我们是看不见的；“天才”只有听到外面名声的喧嚣，才对自己有把握。但是，名声不一定是“优越”的象征，因为我们能具有两者之一，而缺乏另一者。勒与（Leasing）说得好：“有些人得到名声，另一些人却值得有名声而未得。”

立功与立言

通往名声的道路有两条：一是凭功业（立功），一是靠作品（立言、创作）。这样，在立功这条路上，主要的条件是伟大的心胸；在立言和创作这条路上，需要伟大的头脑。两条道路各有利弊，主要的判别在于：功业如过眼云烟，而作品却能够保存下来。

立功的一个短处是要依靠机运。因此，人们由立功所赢取的名声并非完全由他们内在的价值而得来，它同时需要境遇所赋予的重要性和光辉。再说，例如在战争中，如果由功勋所得的名声完全是个人的，往往依赖少数几个证人的证词而决定。其实，证人不一定在场，就是在场也不总是公正或无偏心的观察者。

以上所说如何确定功勋的弱点，可用其他的优点来制衡，“功勋”具有实际性，能够为一般人所理解。所以，功勋一旦正确地报道出来，当事人立刻获得报偿，除非有关动机未被人们了解或

欣赏。若是不明白其背后的动机，功勋都是不可了解的。

立言和创作的情况则正好相反。作品并不凭借机运而启始，而是完全依赖作家。只要作品存在，其实质和价值就能保持。此外，适当地评定作品是困难的，品格愈高，评定愈是困难。有时是缺乏了解作品的人，有时是批评家抱有成见或是不诚实。但是，作品的名声并不依靠一位裁判，它们会向其他裁判诉求。至于功勋，正如我所说过的，它只存在于后代人的记忆中，而且只是人云亦云的方式罢了。但作品本身流传下来，除了部分有所失散之外，是以当初的形式留下的。在这种情形下，没有篡改事实的余地。

任何对作品有所偏颇的判断，由于时间的流逝而荡然无存。往往是经历过一段时光，才有真正能评定某作品的人出现——独特的批评家专门评定独特的作品，连续地发表有分量的评语。这些意见整体地构成完美的正确的欣赏。虽然有些情况是经过几百年才得到重视，此后任凭更多的时光流逝，也无法改变这一鉴定——伟大作品的名声是巩固而必然的。

名声与机运

有些人感到自己具有良好的理解力和正确的判断，但不是天分最高，这时他就不应该害怕辛苦。勤于钻研的人不难出类拔萃，到

达只有靠苦学才得门径而登入的幽静地带。在这个领域中，敌手非常少，只需要中等才能的人不久就可以找到既新颖又符合数据的理论。了解他所研究的主题，只是同一领域的一些学者，他们的鼓掌，到达那些远处的大众时，声音已是非常的微弱。但如果他遵循这条路线走下去，到最后他所拥有的各种资料，就足够建立名声，而不必去建构什么理论——因为它们难于获得和了解。这好比一个人到遥远而不为人知的国家旅行，他的见闻就能使他成名，他的思想反而无用了。

人类心灵的最大成就，在最初时大多都不会顺利地被接受。那些杰作长久地默默无闻，直到它们赢得一批才智较为高超的人士的赏识。再由这些人的影响力，才得以置身于它们所应得到的持久不变的地位。这也由于有关作品已取得权威性。

作家在有生之年是否能看到自己名声的曙光，要依赖机运。其作品愈为高尚和重要，其可能性就愈少。塞尼加有一句漂亮的话："名声确实伴随作品的真正内在价值，如同身体投出的影子一般，有时投落在前面，有时在后面。"他继续说，"虽然有同时代的人，会用一致的沉默表达妒忌，但不含敌意不偏私的评判终究会到来。"

从这些话中，很明显地可以看出，即使在塞尼加的时代，也有可耻之徒用恶意忽视某些作品的存在，来达到压抑它的真正优越价值的目的；还有就是不让公众见到好的作品，以利于坏作品的推介。到今天，这手法依然深为他们赏识，它表现于“一种密谋式的沉默”之中。

一般言之，越是可能持久的名声，其出现的时间越会迟些，因为优秀的作品需要时间发展。能维持到后代的名声像是一棵橡树，生长很慢；持续暂时的名声，像是一年生的植物，之后就死去；虚假的名声像菌类，一夜之间生长出来，马上又枯萎了。

名声并不能使人快乐

名声不能使一个人快乐，使他快乐的是能为自己带来名声的优秀品质，说得更明确一些，就是人们在德行上或是在才智方面所依赖的优秀品质。个人最好的天性必然对本人最为重要，至于他人对自己的看法，也就是个人天性的反照所得的影像如何，对于本人的影响程度实在是微乎其微。能获得名声而未得名声的人，是使人拥有快乐和幸福的重要因素，应该是能安慰自己未能得到名声的次要因素。

死后的名声是最真实的，虽然他本人并未领受，然而他却可以称

为幸福的人。他的幸福在于他既有让他获得名声的伟大品性，又得机会发展自己——他具有悠闲可以随心所欲而有所作为，让自己全力从事个人所喜爱的事业。出于心灵深处而完成的作品，才可望获得桂冠。

令我们羡慕的真正伟人，其地位是由他们的真正伟大而建立，不是靠那些受到迷惑而盲目的大众所捧出的伟大人物。伟人的快乐不在于后人会记得他，而在于他所创造的思想值得珍藏，在以后的长时期会有人研究。

听众们对一位音乐家的演出大肆鼓掌叫好。如果音乐家知道听众们几乎都是聋子，而且为了掩饰弱点，他们一看见一两个人鼓掌，就立刻跟着用力拍手，你想这位音乐家会不会感到喜悦？如果他知道这一两个人是受雇以确保这个最无天分的表演者获得最响亮的掌声，他又会说些什么呢？

人生的处境并不是富裕的，任何好东西都必须厉行极度的节约。青春就是一笔大资产，享用不尽，人们应该心满意足。年老时生命的喜悦和欢乐逐渐消失，就像秋天树木的叶子，名声宛如冬天的一棵长青树，适时地发芽生长。名声又好比必须在整个夏天生长才适合在圣诞享用的果实。在年轻之际用尽全力所完成的作

品，在自己年老时仍然感到它青春依旧，该是一生最大的安慰。

人们到头来真正能了解和欣赏的东西，总是合乎自己的性格和气质。笨人喜欢笨东西，普通人喜欢普通作品，观念不清的人会被杂乱的思想所吸引，没有头脑的人对于“愚昧”有好感。最好的例子是，每个人都喜欢自己的作品，因为其格调完全跟自己相配。

失败的欣赏者

轻如羽毛之物，即使由最强壮的手臂抛出，也无法让它加速前进，有力地击中目标；相反地，极轻之物因为自身缺乏实体以吸收外力，它被投出后会很快下落。伟大而高贵的思想，还有天才的伟大杰作，如果欣赏者尽是狭隘、柔弱和刚愎的心灵，也会遭到同样的处境。这一事实自古以来的智者无不为此同声慨叹。哈姆雷特（Hamlet）说过：“一句妙语在愚人的耳中沉睡了。”歌德也说过：“由愚笨者的耳中听来，最妥当的话也受到讥笑。”

正如歌德所说，人不但缺乏智慧，无法认识和欣赏世上的美好事物，而且道德卑劣。这是到处都在发生的，此刻以“妒忌”的姿态出现。人一有名声就高出同辈的头顶，后者自然相对地变得低下。一切显赫功绩的取得，都需要一般人士付出代价。歌德在

《西东诗集》曾这么说：

我们赞颂他人，
就是贬抑自己。

每有杰出的事物出现，占极大多数的平庸之辈就会不谋而合地群起攻击，如果可能，还会加以压制。这一伙人的勾结暗语是“打倒优越”；此外，就是有过一番作为也享有一些名声的人，同样地不喜欢新的名声的出现，因为其他人的成功会掩盖自己的光辉。因此，歌德有这样的话：

如要等待别人准许，
我才可以出生，
我就仍然不在人世。
你可能知道，当你看见
他们如何忽视我，
他们那么摆架子，
在炫耀，在展示货色。

如果不是由于自己的爱好和兴趣，而是出于野心的驱使，大概永远不会有人为人类留下宝贵的不朽作品。凡是要寻求真善美的

人，必须躲开“恶”，并且准备跟公众的评判对抗，甚至轻视公众及其代言人。所以，奥索留斯（Odorous de Gloria）特别强调下面这句话：“名声躲开追求它的人，却去追求躲开它的人。”这实在是至理之言。只因为前一类人让自己迎合当代人的品位，后一类人敢于反抗。

名声不过是虚荣的点心

如果我们的存在是否具有价值需要依靠别人来评定，我们的生命就是可悲的。但是，如果我们把存在的价值看作是名声，当作是世人的赞许，那么，英雄或天才的生命就是如此。每个人都需要自立，主要是靠自己为自己而生活和生存，所以个人的本质和自己的生活模式，对本身最为关切。

如果一个人在这方面的价值不高，他在别的方面的价值则是次要的、衍生的，对于他本人的影响说到底是间接的。此外，别人的头脑不是寄存个人真正幸福的理想地方——在他人的看法上只可能找到幻想中的幸福。

从人的幸福的观点而言，名声不过是满足骄傲和虚荣心胃口的珍贵点心。这一胃口，不管如何仔细地掩饰，在每个人中都是极为强烈的，那些决心不惜一切代价想要成名的人，也许是最为强烈

的。极力想要成名的人，通常有一段时期对于自己的价值无法肯定，必须等到机会来临，加以证实，让别人看看他是什么材料。在此之前，他总会觉得在世间遭受到暗中的不公道。

各种形式的骄傲，不管它的性质或领域是如何的不同，说到底还是源于别人会怎么说，从而造成我们多大的牺牲！这种心态甚至在儿童中也能见到。虽然在人生的每个阶段都存在，在老年之中最为明显。因为在感官之乐无法享受之后，虚荣和骄傲只有跟贪婪共同掌权了。

在法国人之中，虚荣心好像瘟疫一般定期性地迸发，有时表现在最奇怪的野心上，或是一种可笑的虚荣心以及最为无耻的吹嘘上。但是，这样是无济于事的，因为别的民族会取笑他们，称呼他们是自大的民族。

我认为心智上的优越性在于建构理论，也就是把若干客观事实进行新的组合。尽管这些事实的种类极为不同，但是，事实愈是大家明白的，便愈是在日常经验的范围之内。如果把这些事实加以理论化，所能获得的名声就愈为广阔。例如，要是有关的事实是数字、线条或是某专门学科，诸如物理学、动物学、植物学、解剖学、古代文献考证或是疑难史料探索，学者们因为正确地运用

有关材料而获得的这类名声，大多不会超出各个学术圈子——人数不多，其中大部分过着与世无争的日子，对于在其他专业享有盛名的人感到羡慕。

第三章 处人之道

在人生的路途中，如果我们愿意而且有能力做到两点：放眼前途、容忍异己，我们会受益良多。前者让我们不受损失和伤害，后者可以使我们免于争论和口角。

以人为鉴

人负荷着自己的体重，完全没有感觉，如果要移动其他的物体，他立刻就感觉到它的重量了。同样地，人能够看到他人的缺点和恶习，却无视自己的短处。上天的这种安排有一个好处：它利用别人来做镜子，我们就能从中看出自己天性之中的恶劣、错失、缺乏教养和可厌等种种脾性。只不过，通常都是狗向自己影子狂吠的老故事，他看见的是自己，不是他想象中看见的另一只狗。

他人对我们的看法如果对我们发生影响，只存在于他们对待我们的态度上，而且只限于我们跟他们生活在一起，或是我们一定得跟他们打交道。但是，我们的人身和财物之所以在文明的状态中享有安全，应该完全归功于社会。不管做什么，我们需要他人的帮助，而他人之所以愿意跟我们交往，一定要靠他们对我们有信心。这样说来，他人对我们的看法，间接上对我们关系重大，尽管我看不出它对我们具有直接或立即的作用。

我们之所以对老人敬重，是因为老人在他们一生之中，已经明明白白地显示出他是否具有荣誉；年轻人则尚未经过这一考验，他只是被假定具有荣誉。活得久（有些低等动物一样活得久，有的活得更久）和经验多（只是对这世界更熟悉），都不足以说明为什么年轻人应该敬重老人。如果只是活得长久，也不过是因为老年人衰弱而需要对他们体谅，并不需要敬重。很明显，皓皓白发总会使人发生敬意——一种真正内在的和本能的敬意。皱纹是年老的更可靠的表象，却不能激发敬意：我们从未听到人家说“皱纹可敬”，但“白发可敬”是常用的。

当侮辱遇上粗鲁

“遭人侮辱是耻辱，侮辱他人是光荣。”且让我举一个例子。我的对手在他的一方是说实话，是对的、有理的。这不妨事。我侮辱他，这样，公正和荣誉就一时间离开他，转到我这里来，他只能靠粗暴对付我而夺回公正和荣誉。在他夺回公正和荣誉之前，他是失去公正和荣誉的，而且所用的手段不公正或不合道理。这么看待荣誉，粗鲁这一性质就能替代一切，而且比其他的一切都重要。最粗鲁的总是对的。我们还能有其他要求吗？不管某人是如何愚蠢、下流或卑劣，只要他粗鲁行事，一切错误都可原谅和合法化。

如果是害怕不良的后果，或是无法确定挑衅人是否尊奉武士的办法，那就是“胜人一筹”。其实际做法是，人家粗鲁你更粗鲁；如果侮辱没有用，你可以动手，使我们在挽救荣誉中激起高潮。例如，人家打你一耳光，你可以用棍子还手；对方用棍子，你用马鞭还击；最高明的一招是有些人建议的：向对方吐口水。要是这些都不管用，你就一定要让对方流血。

在任何讨论或谈话中，另一人比我们表现出更有知识、更热爱真理、更具健全的判断力、对事物更有了解，或是他整体上所展示出的理智气质，使得我们黯然失色。我们只要污辱他或攻击他，就立刻可以把对方的优越和自己的浅薄一笔勾销，并且反而比他优越。

粗鲁胜过任何辩论，它把理智的光芒全部遮盖。如果对方不喜欢我们的攻击模式，不予更加粗鲁的还手，我们便能保持“胜人一筹”，仍然是胜利者。荣誉在我们这一方，真理、知识、理解、才智、机灵都得退避三舍，让全能的傲慢大显威风。

苏格拉底在讨论会之后，时常被人动粗，他总是淡然忍受。例如有一次，有一个人踢他一脚，他承受侮辱的忍耐程度，让他的一个朋友大吃一惊。苏格拉底说：“一头驴子踢我，难道你认为我

应该憎恨它吗？”另一次，有人问他：“那家伙不是在骂你、侮辱你吗？”他回答说：“非也，他的话不是针对我说的。”

著名的哲学家克莱特斯（Crates），有一次被音乐家尼可德罗姆斯打了一记耳光，脸上肿胀，又黑又紫，他就在额头贴上标记：“尼可德罗姆斯打伤的”，使这位对手大失面子，因为他竟敢对雅典家喻户晓的哲学大师动粗。在写给美莱西普斯（Melesippus）的一封信中，戴奥基尼斯（Diogenes）告诉我们，他被雅典一位醉酒的年轻人殴打了，但是他补充说是小事。塞尼加说：“聪明人挨打该怎么办？有人打卡托（Dato）的嘴巴，他不生气，也不想报复侮辱，甚至不想还手，只是简简单单地不予理睬。”

世界上总有愚人和恶徒

若不能远离人群，我们便不应该断然地弃绝任何人，因为每一个人在大千世界中都有他应有的地位，不管他是如何邪恶、可鄙或可笑。我们必须把他当作不可改变的事实加以接受——事实不会改变，因为那是一条永恒的基本原则的必然结果。情况恶劣时，我们应该记住恶魔梅费斯托斐兹的话：世界上总有愚人和恶徒（见歌德著《浮士德》卷1）。如果我们不这么做，我们就违反了公正，不啻跟我们弃绝之人做一番生死决斗。

没有人能改变他自己的独特个性、道义性格、智慧能力，以及自己的脾气或体形。如果我们处处吹毛求疵，别人都会万无一失，被迫跟我们成为死对头，因为我们实际上是开出条件——别人若要生存就得换成另外一个人。这个条件是根本做不到的——他的性格不容许。

如果我们要跟人们一起生活，我们必须允许每个人都有权利按照自己的性格生存，不管他的性格如何。我们应该努力从事的，是在他的本性所许可的方式中善用他的性格，而不是希望他的个性有所改变，或是直截了当地指责人家性格的不是。这就是格言“自己活也让别人活”的真实意义。可是这话虽然含有至理，要做到却很困难。一个人如果能够永远避免跟若干人打交道，那么他是非常幸福快乐的。

不要对石头动怒

在人生的路途中，如果我们愿意而且有能力做到两点：放眼前途，容忍异己，我们会受益良多。前者让我们不受损失和伤害，后者可以使我们免于争论和口角。

容忍他人的艺术，可以用无生命的物体来练习我们的忍耐力而有所得。无生命的物体，由于其某种机械的或一般物理上的必然

性，对于我们的肆意行动，会做出坚决的对抗——我们每天都需要具有这种形式的忍耐力。

我们这样获得的容忍力，在我们跟人们交往的时候经常能够应用。我们会从此习惯于他人的反对，不管我们是在哪里遇到，我们都会认为这是出于别人性格的必然结果。他们的性格蓄意要反对我们，是由于丝毫不变的必然律，跟无生命物体对我们做出抵抗的情况一模一样。对别人的行为感到气愤，就如同对着滚到我们面前的石头气愤一样愚蠢。对于许多人，我们所能提供的最明智的想法就是："我不要改变他们，我要善用他们。"

共　鸣

两个人一开始交谈，对于彼此在思想和性情上的相同或相异，一下子就能感觉出来，每一个细节都显露真相，其容易程度和快速往往使人们惊讶不已。两个性格完全不同的人一起谈话，尽管话题无关紧要，或是跟双方都没有真正的利害关系，一方所说的每一句话，都或多或少地会让对方不快，在很多情形下，简直导致极度厌恶；另一方面，性格相似的人立刻就会有一种共鸣的感觉。如果他们很像是一个模子铸造出来的，经过来往后可望意见完全和谐或一致。

一大群人为了实现某一实际目标而组成一个团体，如果其中有两个坏蛋，这两个人就好像身上戴着相同的徽章，一下子就认出对方，而且会立刻密谋诡计。同样地，请你试想有那么一大群非常明智聪慧的人（根本是不可能的），其中只有两个傻瓜。这两个人一定会被同情心所驱使而聚集在一起，而且暗地里很高兴，各自认为在一大群人之中，至少发现一个聪明人。观察这两个人，尤其是如果他们在操守和智慧上都低人一等，他们如何初次见面就认出对方，他们是如何热切想结为朋友，他们是如何亲热和高兴地跑去跟对方打招呼，就好像他们是老朋友一样。这些情景真的是值得一看的——这种动人的程度，甚至可能诱导我们接受佛教轮回的说法，假定他们在前生是认得的。

我们很难看到两个人的心境是完全一样的。我们心境的变化，跟我们的生活状况、职业、环境、健康、个人一时的思绪等等，都有关系。这些不同会让两个性情最为投合的人，产生不和。要能够随时做出必须的校正，除去这种扰乱力，并且引入一致温度那样的要素，将是一项涉及高度教养的成就。一致心情对导致亲密友谊的相关程度，可以从一致心情对一大群人的影响上，很容易地测定出来。

例如，当许许多多人群集在一起，如果有某一客体性的有关事

物，不管是什么，譬如共同的危险或希望、某个好消息、某种奇观、一出戏曲、一首音乐，或任何类似的东西，那些能够以相似的方式对他们有所影响的事物，你就会看到他们都会倾心于某一想法的相互表达、某种由衷的关心的流露。他们之间有一种共有的愉快感受。那些吸引他们注意力的有关事物，经由克服所有私自的和个人的兴趣，产生心情上的一致。

由于有关人士一时的心情不同所引起的不和睦，在各个社会都可见到，这类不和睦还能部分地解释，为什么对于过去各阶段我们所持有的态度、我们的记忆都加以理想化，有时几乎是让它完全改观——这种改变是因为我们无法记得在过去每时每刻都扰乱我们心情的所有的一时的影响力。

就这一点来说，记忆力好像照相机的透镜，把它视域内的所有东西都缩小，因而创制出比原来景色更为精致的图像。对于一般人来说，不能相聚总是能获得几分这些好处，虽然记忆的理想化趋势需要时间去完成，可是这一理想化的趋势是立刻开始进行的。一定要隔一些时间才去探望新朋旧友，这是很明智的。再见到他们，你会发觉记忆已经开始理想化了。

没有人能看到自己的高度之上

“没有人能看到自己的高度之上。”让我来解释这句话吧：你在他人之中能看见的，局限于你自己所拥有的。你的智慧的高下，严格地决定了你对别人了解的程度。如果我们的智慧很低，他人的智慧力，即使是最高超的那一类，对我们不会产生丝毫影响。除了他个性之中最卑劣的一面——换言之，除了只是他的人格和个性中存有缺点的那些部分，我们在他的身上看不到其他的什么。我们对他的整个评估只限于他的缺点，他的比较高超的才智对我们是不存在的，正如色彩跟盲人的关系一样。

与人交往就牵涉到把自己“拉低”的过程。仅是一个人具有另一人缺乏的品质，在他们相见时是不会发生作用的。其中一人必然遭受的损失，另一人是不会发觉的。

考虑到大多数人都那么世俗、低劣和平庸，我们就要暂时变得平庸，否则无法跟他们交谈。你会充分欣赏下面这句话的真实和妥当性：做人需要委屈自己，有些人跟你交往的唯一接触点，就是你性格中自己最不喜欢的那一部分。避免跟他们交往是能让自己高兴的。对付愚人的办法，唯一能显露你的智力的办法，就是不跟他们来往，这一点你很快就会明白。这就是说，我们与人交往，不时会感到自己很像一个善于跳舞的人应邀参加舞会，到达

之时，发现在场的每一个人都是跛子，我们究竟跟谁跳舞呢?

爱与敬意

拉劳士福古说过一句令人深思的话："对于同一个人，我们很难同时又崇敬他又热爱他。"如果这话可信，我们对于世人所可能要求的，就只能在敬和爱之间加以选择。

人们是不轻易敬重他人的，也因为这一原因，敬意大多数是隐藏着的。因此，与"爱"相比，"敬"更能给予人真正的满足，因为"敬"跟个人的价值有关。"爱"就不能直接地这么说，它的性质是主观的，"敬"却是客观的。说实话，被爱比受到敬重更为实惠。

虽然方式不同，人们的爱总是自私的。他们用来获得爱的手段，并不总让我们觉得自豪。我们获得他人的爱意，是我们不对他人的智力和善意，做出过分的要求。但与人交往时一定要真心诚意的，没有丝毫伪装——不可仅仅出乎容忍，容忍说到底只是一种轻视。这让我们想起爱尔维修的一句观察入微的话："我们所拥有的才智，其分量通常可从能够令我们欣喜的那些才智中，很准确地估计出来。"用这句话为前提，是容易作出结论的。

不管是在公众场合，或在社团，或在书中发表过什么不当的意见，并且获得接受——无论如何，没有受到驳斥，我们没有理由失望，或是觉得事情就此终了。为了求得心安，我们应该这么想：有关问题当在以后逐渐受到注意；新的看法会加上去；该问题会得以深思、讨论，通常到最后将导致正确的见解。在一个时期之后（时间的长短似乎要看困难的程度），明白人早就看出的答案，大家都会了解的。

适当的藐视

人们就像孩子一样，你要是宠爱他们，他们就会顽皮。因此，我们不可对每个人都纵容，或是宽宏大量。一般来说，不借钱给某人不会丧失一个朋友，借钱给他倒有可能失去这个朋友。同样地，我们会因为举止有些高傲和粗心，一下子就把朋友疏远；但如果我们对人非常和蔼而殷勤，对方就常常变得傲慢，让人无法忍受，终致分手。

事实上，对于大多数人而言，在对待他们时偶然掺杂一些藐视的态度，并不碍事，那将会使他们更为珍惜你的友情。意大利有一句奥妙的谚语：“藐视就能获得重视。”如果我们真正地非常敬重某人，我们千万不能让他知道。这么做不能令我们满意，但是应该这么做。说真的，家犬尚且容忍不了我们过分的

溺爱，何况是人！

远离卑劣之人

最令人无法招架的事情是，人们觉得你要依赖他们。一有这种想法，人们就对你态度无理而专横。有些人，只要你跟他们进入任何关系，就变得不文明。例如，如果你在有些场合跟他们谈到秘密的事，他们立刻异想天开地觉得可以对你乱来，而试图逾越礼貌的原则。

这可以解释，你为什么愿意只结交很少的人，为什么不能跟粗俗的人太亲近。有人一旦认为我依赖于他超过他依赖于我，他立刻会觉得我偷过他什么东西。他会设法报复，取回一些什么。跟人相处想要取得优势，唯一的方法是让对方看到，我们不依赖他。

性格高贵、心智宏伟的人，往往显出罕有的缺乏世故，对人们缺乏了解，他们年轻时更是如此。其结果是，要欺骗或是误导他们很是容易；在另一方面，性格普通的人大多数都彻头彻尾地主观，除了他们自己之外，什么也引不起他们的兴趣。不管说什么话，他们总想到自己的情况，只要偶然有机会提到牵涉他们个人的任何事，不管其关系是多么疏远，他们的注意力就全部集中，全神贯注。其结果就是，一旦话题转移，他们就没有能耐对事物

做出客观的评价，对于有损他们利益或虚荣的话，他们也无从承认它的有效性。因此，他们的注意力很容易被分散。

他们动辄生气，觉得受到污辱或被冒犯，故而跟他们讨论任何一般性的事，我们都必须极度小心，避免让我们的话，跟我们面前之人的价值观和敏感想法，具有一丝一毫的可能关系，因为我们可能说的任何东西都或许会伤害他的情绪。

如果不会影响到自身，人们大多数什么都不在乎。他们与真实动人的观感，或是精致、微妙和机智的谈话，完全无缘：他们不懂，或没有感受。但是，最为间接、可能性极少的、那些会扰乱到他们无聊的虚荣的事物，或是会不利地反映出他们极为珍贵的自身的任何东西——对于那些，他们就最为细心敏感了。这一方面，他们就像你可能不经意踩着它脚趾的小狗——从它大吠尖叫你就知道；或者，他们像全身长满溃疡和脓疮的病人，对待他们可要小心，必须避免无谓的照料。

在有些人之中，这种情绪已经到达隘路，如果他们跟人谈话，对方表现出、或者未能全部掩饰自己的才智，他们就会认为是不折不扣的侮辱。纵然他们当时隐藏恶意，这位无心的冒犯者事后想不出他们为何做出如此行为，绞尽脑汁，希望发现自己究

竟做过什么事，惹起人家的毒意和仇恨。

批评他人的人，就是在进行自我改造。习惯于暗中审视他人的一般行为，对别人所做或未做的事给予严厉批评的人们，能够改进自己，让自己尽可能完善，因为他们有足够的正义感，或是毕竟有足够的骄傲和虚荣，避免自己做出在他处增加严厉责备的行为。宽容的人正好相反，他们会宽容他人，也宽容自己。

当我们经验很少或是没有经验的时候，我们必定要依靠臆测的概念加以判断。对事物必须做出判断时，臆测的概念总是不能跟经验相提并论。对于一般人而言，臆测的概念就是出自他们私心的看法。那些在心性上比一般大众高超的人士，就不是这样——在“不自私”这一点上，他们跟其他的人不一样。他们根据自己的高标准去判断其他人的思想和行为，其结果就总是跟他们的盘算不相符合。

一个性格高尚的人，由于自己经验的影响，或是学习他人的教训，最终还是会看出，大众之中有六分之五的人都在道德上和智力上发生问题，你对一般人所能期望的就是这样。因此，只要环境不把你跟那些人安排有亲谊关系，最好还是躲开他们，尽量远离他们，不跟他们发生关系——纵然这样，你仍未能达到适当地了解他

们卑劣的程度：他一向所持对于人性卑劣的估评，需要不断地把它的范围扩大和加深。与此同时，他将会犯重大错误而有损自己。

知人断事

上天并不像拙劣的诗人，后者把傻子或坏人介绍给我们时，做法笨拙，设想肤浅，让我们几乎可说看到诗人就站在他所写的每一人物的背后，一直在剥夺每一人物的七情六欲，告诉你的话都是警告性的：这人是坏蛋，那一个是傻子。不必听他说的话。

上天的才能像莎士比亚和歌德，这些大文豪所写的每一个人物（包括魔鬼本人），都有他或她的多面的性格，他们以不同的角色出场都恰如其分。各个人物都是那么客观地加以描写，我们的兴趣为之激起，我们无法不同情他们的观点。像真实的人一样，大文豪所创造的人物，都受到某一明显定律的作用而演化，使他们所说所做合乎自然，因而也就必然要那样发展。如果我们期望所见到的魔鬼都生有尖角，傻子一行动就发出铃铛声，我们将一辈子都成为魔鬼和傻子的受害人。

摇尾巴的狗可能是最凶狠的

人们跟其他人交往的时候，就像月亮或是驼子一样，只让你看到

他们的一面。每一个人都有伪装的天分——利用自己的容貌制造一副面具，所以他看起来总是像他想要假装的模样。因为他总是在他个性的范围内谋划，他装扮的外表非常适合他，其效果特别会令人受骗。每当他的目标是要讨好某人，企图赢得某人好感的时候，他就戴上面具。我们对这种面具须加留意，要把它当作是蜡制的，或是硬纸片做成的。千万别忘记意大利的一句绝妙的谚语：摇尾巴的狗可能是最凶狠的。

从一个人处理小事的方式，可以看出他的性格——因为那时候他不会特加留心，对他人完全缺乏顾虑。这时常会提供好机会，借以观察一个人性格上的极端自私。如果这些缺点在小事上显露，或在他的一般行为中可以看出，我们就会发现他在处理大事上，也同样潜伏着，尽管他可能已把事实有所掩饰。

这种机会不宜错失。在日常生活的小事中，在那些“法律不会追究琐事”的事件中，如果某人不顾公众利益而中饱私囊，我们敢说他心中没有正义，要是没有法纪和强制力束缚他的手，他必然是一个大恶徒。不可信任他，不要让他进入门内。在私人圈子内不怕破坏法律的人，一旦觉得可以触犯国家大法而逃过制裁，会不惜以身试法的。

人不会忘记自己

跟我们有关系或是我们必须跟他打交道的人，如果显露出令人不快的习性，我们就必须问自己：这个人是否价值那么大，我们竟要忍受他那接二连三、变本加厉地展现的坏习性？如果对这个问题的答案是肯定的——可说的话不多，因为空谈无益，我们唯有让事件继续下去，不管我们是否表达过不满。

但是我们应该记住，我们这么做就是让自己暴露于再度被冒犯。如果答案是否定的，我们就需要立刻跟这位尊贵的朋友断绝往来，不再恢复关系。知果对方是佣人，把他辞掉，因为情况一旦重现，他不可避免地会重犯同样的或类似的过失，尽管在当时他衷心诚挚地保证不再那么做。人们对任何事，绝无例外地，都能忘记，可是不会忘记自己，以及自己的性格。性格是无从改变的。人们所有的行为都源于内心的原则，因而情景相同时总是会做同样的事，不会有所改变。

要是一个普通人的善性超过他的恶性，我们在与他交往时，尽可依赖他的正义感、公正心、感恩、忠贞、爱和同情，不必激起他对我们有所顾忌。但情况相反的是，一般人都是恶性超过善性，相反的措施是较为谨慎精明的。“宽恕不计较”的意思就是，把高价买来的经验扔掉。

人们的兴趣一有变动，他们的行为和情绪就随之变动。在这一方面，他们的图谋是近视眼开出的票据，而接受票据的人，没有异议，一定是更为近视的。因此，假如你想要知道你打算安置在一个机构的某人的行为如何，你不能把期望建立在他的应允和保证之上。因为，即使我们接受他是诚心诚意的，他对所谈论的问题并不明白。要估计他的行为如何，唯一的办法是，考虑他将被安置的环境会怎样，以及可能跟他的性格发生冲突的程度，才会有些端倪。

与他人相处

构成大多数人的性格的真实素质是令人沮丧的，如果我们想要对这些素质具有清楚而深刻的了解（这了解有其需要），我们不妨把各个人物在文学作品中的行为，作为一篇对于他们在实际生活中作为的评论，相信获得的教益会不少。从相反的方式来看人们的性格也是一样。这样得来的经验，用来避免对自己或是对他人抱持错误的看法，都会是很有用的。

但如果在真实的人生或作品中，你遇见任何特别卑鄙或愚蠢的脾性，你一定要小心不让这情况使你烦恼或难过，只把它看作增加你的见闻的一项材料，只是研究人性时可考虑的一桩新事实。我们对待这些卑鄙和愚蠢的态度，应该和矿物学家偶然发现非常特别的矿物标本没有什么不同。

了解一条与人相处的行为规则，甚至是发现这条规则，并且精确地把它写出来，都很容易；可是，不久之后发现，这条规则在实行时需要观念和箴规去制约，还不如自己要怎么活就怎么活。在这里，像一切想获致实际效果的论说一样，首先是了解规则，其次是学习如何付诸实践。致力推理可能马上就懂得理论，然而要做到就需要一段时间。

没有人具有充分的条件能够独自发展，完全按自己的方式行事。每个人都需要获得预先设想好的计划所做出的指引，依循一般性的若干规则。但是，如果有人过分循规蹈矩，努力培养一个跟自己天性不合的性格，这种性格只是由人为的功夫而取得，并完全靠推理的过程才有所进展，他不久就会发现，贺拉斯的话可以确认：

用棍子赶走自然，她仍然会回来。

——《书函集》卷1

不自然即不完美

让初学者看乐器的各种谱子，或是击剑的不同姿势，不管他怎么努力学习，一定会犯错。每当他犯错，他准会想，要依照眼睛看乐谱的速度，或是在剧烈的决斗之中去遵守那些规则，是完全不

可能的。尽管如此，经过一连串的过失、错误和重新努力，逐步的练习使他变得完美。

在学习写和说拉丁文时，我们会忘记文法规则。必须经过长时期的练习，傻子才会成为侍臣，冲动的人变得精明而世故，直言的人变得含蓄，高贵的人变得玩世不恭。虽然这类自律是长时期习惯的结果，它总是要有外界的强制才能做到，可是本性一直都在抗拒，有时竟然出乎意料地冲破一切。按照抽象的原则所做出的行为，跟出于天性所做出的行为，其间的差别犹如巧夺天工的人造品和一个有生命的有机组织之间的差别，后者的形式和物质是一体的，彼此无法分开。

拿破仑皇帝说过："不自然的事物不是完美的。"这句话表达一个人的习惯性格和内在本性之间的关系，同时也确认我所说的话。这句话可以应用到各方面，不管是在物理或伦理方面。我所想到的唯一例外是金石英，这是矿物专家知道的一种物质，它的天然状态不如人造品。

表现与隐藏

有人觉得交谈的对方在智力上远远超过自己，他就会暗中漫不经心地作出结论：交谈的对方对自己的能力做了相当的低估。就是

这种推理法——一种省略推理法——激起了他怨恨交加的痛苦之情。葛拉西安说得好："要想受人欢迎，我们必得表现出最像动物的简单举止。"

一个人把才智和精明表现出来，就能够使自己在社会中受人欢迎——要是这么想，你一定还涉世未深。对于大多数人来说，别人具有这些优点，只会引起憎恨和愤慨，又因为需要隐瞒生怒的真正缘由（甚至对自己），这就让人更难忍受。

人要是真正具有才智，不会想到需要大肆显露自己具有它：他知道自己厚实的底蕴，很是满足。西班牙的一句谚语正好用在这里：咔嚓作响的铁蹄少一颗钉子。当然，我在开始说过，没有人应该让缰绳完全放松，把自己的真面目显露出来。因为我们的天性之中，有很多邪恶凶暴的一面需要隐藏起来。

这就是说，消极的掩饰是可以接受的，但不能假装具有本来没有的品格。还需要记住的是，矫饰伪装一下子就会被别人发觉，甚至在他们还未明了所伪装的是什么之前。最后，伪装做作不可能持久，有一天面具终会掉下来。塞尼加说："无人能够长时期伪装不存在的性格，因为天性不久就会依然故我。"（塞尼加《宽厚》）

尽管有时你有理由赞扬自己，千万别受诱惑这么做。“虚荣”很普遍，“优质”却不多见。要是有人赞扬自己，虽然相当含蓄，人们会以一对一百打赌，认定那人是出于虚荣那么讲话，他糊涂，看不出自己是在献丑。尽管如此，培根的这句话不无道理：“扔出去的泥巴够多了，总有一些会沾上去，这在诬蔑他人和赞扬自己都一样。”他的结论是，恰当地赞扬自己是值得的。

理想与现实

性格高贵的人，在年轻时会这么想：人类之间盛行的关系，还有这些关系所导向的结盟，毕竟在性质上是“理想的”。这就是说，它们是基于相似的情操、气质、智慧等等。但是到后来，他发现那些结盟是建立于“实际的”基础上的。它们着眼于某种“实质的”利益，这几乎是所有结盟的真实基础。说真的，许多人对于任何其他基础的结盟，根本一无所知。

我们发现一个人所获得的评估总是由他的职位、职业、国籍或家庭关系来决定的——总之，他所得到的待遇，是来自人生中按照惯常措施所指派的地位和角色，就像是一件工厂货品加贴上标签那么被处理掉。按照一个人的特性，谈论他具有什么内在品质，除非只要有人一旦发现它不相宜，便会弃置一旁而不顾。这种情况是时常发生的。一个人的内在价值愈多，他从这些惯常的措施

中所得到的乐趣就愈少，他也就会从所得乐趣不多的地方退出。这些措施之所以存在，是因为在这个世界中，苦难和贫困是主要特色，因此，各处生活中最首要的任务是想尽办法疏解民困。

真正的友谊

正如这个世界流通的不是真的银币，而是纸币，在人生的真实尊敬和真正友谊之中，我们所见到的只是那些外表——一些按照原物尽力仿制的赝品。

另一方面，我们可以质问，到底有谁值得获得真的银币？至于我自己，一只忠实的狗摇尾巴，比之他们表示关怀的一百种姿态，更能引起我的注意。

真纯的友谊必须基本上对于另一人的祸福具有强烈的同情心，其同情的性质是完全超然的，没有利害冲突。这就意味着自我跟友谊对象的绝对认同。人性的自我本位对于这样的同情，是强烈地敌对的。所谓真正的友谊，是属于海蟒之类的东西，无人知道它是否荒诞无稽，还是真正在哪里存在过。

在人与人之间的关系中，毕竟还存在有一丝丝真正友谊的许多例子，虽然一般来说，某种私下的个人利益，那种出于“自私”构

成的诸多方式，到底是它的基础。在这个不完美的世界，这一点真情具有非常高尚的影响，让我们有理由称之为友谊。它高高地耸立直到听到好友在背后怎样谈到你——你不会再跟他说一句话了。

检测友情

在需要朋友作出相当牺牲来支持你，而对你真正有所助益的某些情况之外，最好的测试友情是否忠诚的方法，是看他接到你刚发生不幸消息时所显现的模样。在那时，他的面部表情或是一心想到对你的真实而诚挚的同情，或是面容完全平静，或是出现并非同情的蛛丝马迹，相信可以证实拉劳士福古一句有名的话："就算最好的朋友发生不幸，我们总会找到让我们高兴的什么东西。"

的确，在那一时刻，你会发现，一般所谓的朋友要压抑脸上一丝欢喜的笑容，不是那么容易。要让人们心情愉快，最好的办法是告诉他们你最近有麻烦事情缠身，或是不保留地道出你的个人弱点。这多么能说明人性啊！

海天相隔，长时间不见面，总是对友谊不利的，不管我们是多么不愿意承认。我们对于不见面的朋友的关切——尽管是最亲近的朋友——不过几年就会慢慢地干枯，变为抽象的观念，终致我们

对那些朋友的兴趣只是理念上的——的确，这样的友谊只不过是陈陈相因罢了。我们对于眼前经常见到的，即使不过是可爱的小动物，我们会维持活生生而深刻的兴趣。这说明人们的感觉有其限度。

你的敌人才是真正的诚恳

跟断绝关系的朋友恢复往来，是人的一项弱点。对方一有机会，将对你做同一件事，我们到那时就会受到处罚，这是当初要跟他断绝往来的原因。的确，他会变本加厉，因为他私下知道你一定要依赖他。我们把佣人辞退以后再雇用，也会发生这种情况。

你的朋友会说自己是诚恳的，但你的敌人才是真的诚恳。把你的敌人的谴责当作一贴苦药，用来认识自己。俗话说，患难朋友很少。这话不对。你一旦交上一个朋友，他就说他有难，向你借钱。

才智的遭遇

显露你的才识，不啻是间接谴责他人迟钝无能。此外，庸俗的人一看到任何跟自己相反的品质，会自然地产生剧烈的激动。在这种情形下，忌妒就成为他跟人敌对的私下理由。因为我们

每天所见到的是，人们以满足虚荣作为最大的快乐；不跟他人相比，虚荣是无法得到满足的。

聪明才智使得人们在动物界中取得优势，我们最感到骄傲的就是有才能。让对方知道你一定比他强，而且让其他人也看到这一点，是非常莽撞的。因为他会渴望报复，一般来说是找机会用侮辱方式，因为问题已由理智范围转到“意志”范围，到了这一地步，怀有“敌意”就让人站在同等的地位。

地位和财富总可望得到敬重的对待，才智就决不可这么期望。才智被忽视倒是别人最大的好意。人们要是注意到某人的才智，则是把它看成一种傲慢，或是认为这人有才智是委实不配，而竟然敢引以为傲。为了报复，人们背地里找其他方式侮辱他。他们不急着进行，而是寻找适当的机会。这人尽管谦虚有加，但要别人忽视他因聪明过人所招来的罪过，是很少见到的。萨迪在他所著的《玫瑰园》中说：智者不愿意与愚人为伍，愚人更是一百倍的不喜欢跟智者见面。

温暖对身体是舒适的，人们感到优越对心理也是相宜的。我们想找友伴就是他有可能给予我们这种感觉，就像要取暖时我们先直觉会朝向火炉或是走进阳光中。这也就是说，有人会由于气质优

越而为人厌恶。如果我们要讨人喜欢，就需要智力低下。女子在美貌上也是一样。在我们所遇见的一些人当中，要显露自己真正无假的智力低下，并不是一件容易的事。

对于男子来说，身体上的优越并不觉得那么重要，但是我敢说你喜欢矮小的人坐在身旁，不愿意坐在身旁的人比你英俊魁梧。这就是为什么男人之中的愚昧无知者和女人之中的丑陋者，总是受人青睐，广受欢迎。我们可能会说，这些人性情非常温良，因为大家都要找借口照顾他们——这种借口会让自己和别人瞎眼，看不出为什么喜欢他们的理由。这也是为什么心理上的优越，不管是什么种类，总会使得感到优越的人孤立：人们纯粹出于憎恨而离开他，以各种方式来说他的坏话，证明自己的行为合理。

如果你想在这个世界能出人头地，朋友和志同道合之士是通往幸运的最好护照。拥有才能使人骄傲，这往往会冒犯缺乏才能的人，因此跟那些人来往，具有大才大能就需要仔细隐藏起来。相反，知道自己智力欠缺，一方面要在性格上谦虚、平易，别人愿意相交，另一方面又能尊重卑鄙可耻之辈。

绝色女子没有女性知己，即使要找另一女子做伴都有困难。有姿色的女子要避免申请做陪伴的职务，因为她一进入约见的房间，

那盼望雇人的女主人就会因为她的美而不悦，觉得她是蠢物，为了自己和女儿，把她打发掉。但是，有地位的女子就不同了，因为个人的气质完全由“相比”而得出，而地位是由“反映”的过程产生的，很像人的某种脸色，是靠他周围的主要色调而定。

信任与怀疑

我们信任别人，在很大程度上，是出于我们本身的纯然懒惰、自私和虚荣心。我说懒惰，因为我们不去打听原委，不积极谨慎行事，而宁愿信任他人；自私，因为受到事情的压力，我们就找人倾谈心中块垒；还有虚荣心，因为要求他人保密，正是自己感到骄傲的事。尽管如此，我们期望别人忠实于我们所加诸他们的信赖。如果别人不信赖我们，我们不应该发怒，因为那就是说，他们诚心地赞美“忠实”，认为它少之又少——其稀少会让我们怀疑“忠实”的存在只是虚幻的。

我们有时这么想，人们完全无法相信有关我们私人的话，可他们从未想到要怀疑这些话的真实性，但如果给了他们一丝丝怀疑的机会，他们就会发现绝对不可能再相信它了。我们时常透露什么事，暴露自己，只是因为我们猜想别人一定注意到了——正如有人会从高空跳下，因为他慌张，换句话说，因为他觉得他已经再也站不稳当，他所处的位置给他的痛苦很大，他认为不如立刻把

生命了结。这种不正常被称为恐高症。

礼貌只是带笑的面具

“礼貌”——被认为是一种基本美德，是大家私下都认同的。人们不管是道德上或是智力上的不幸缺陷，都需要彼此容忍，不应作为谴责的题目。这些缺陷由于“礼貌”而变得不那么明显，其结果对双方都有利。

有礼貌是明智的，粗鲁是愚笨的。用不必要的、任性的、不文明的行为制造敌人，其疯狂的做法，就像在自己家中放一把大火。礼貌只是筹码——大家公认的假钱，吝于支出是蠢笨的——名达的人大把大把地使用。西方国家在信函的结尾常用这样词不达意的句子：你的最听话的仆人。但是，讲礼貌到了损害自己利益的程度，倒好像在可以使用代币的地方，你给的是真钱。

在自然状态中，蜡是一种紧硬而易脆的物质，稍微加热，蜡就会变软，可以塑成你喜爱的样子。同样地，你只要亲切有礼，就能使得人们随和讲理，虽然他们一般都是执拗凶暴的。这么说，礼貌之于人，就像热度跟蜡的关系一样。

讲礼貌不是容易的事，因为礼貌要表示我们对每个人都尊敬，

而大多数人根本不值得尊敬。礼貌讲究对人要亲切关心，而心中却很希望不跟他们再有往来。把自尊跟礼貌相结合，是智慧的杰作。

一方面，如果我们对自己的价值和尊敬，没有作出过分的估计，也就是说，我们对自己不是过于自豪；另一方面，如果我们对每个人在心中对他人所持的看法没有任何了解，那么，对于侮辱——狭义地说，就是我们未获得尊敬的对待，我们就不至于动辄生气。要是大部分人厌恶任何涉及谴责自己的轻微暗示，那么你可以想象得出，万一他们无意中听到相识者数说他们的话，他们的情绪将会怎样。

你该明白，一般的礼貌只是一副带笑的面具，如果面具移动了一些位置，或是暂时给除了下来，你大声叫喊是没有用的。人在粗鲁之时，好像是他脱去所有的衣服，赤裸裸地站在你的面前。在这种情况下，像大多数人一样，他是不会怎么好看的。

对于什么该做，什么不该做，我们不能够拿任何人为榜样，因为没有两个实例的处境和情况是一样的，个性的不同也让我们的所作所为，带有特殊和个别的意味。因此，两个人做同一件事，其结果是不同的。人一旦仔细考虑过要做什么，他就该按照他的个

性去做。这样做事的结果就是，“独创”在实际的事件中是无法免除的，否则，我们的所作所为，将不符合我们的本性。

不要妄想教导世界

决不可辩驳任何人的见解，因为他相信的所有荒唐事物，你就是高寿如彭祖，也不可能一件件纠正他。人们言谈中有错误，也须避免改正，不管你的动机如何纯正。因为这很容易得罪人，而改变他人，纵然有其可能，也是极为困难的。如果你无意中听到他人的荒谬言谈而感到恼怒，你应该假想自己在听喜剧中的两个小丑对话。这个方法屡试不爽。

人来到这个世界，如果认定在最为重要的事理方面可以教导这个世界，他要是能保住老命，就该感谢幸运之星了。如果想要你的看法被人接受，用冷静不带感情的口吻说出来，一切激情都根源于我们的“心意”。因此，如果你的看法是用激烈情绪说出来的，人们会认为是出于“心意”的努力，不是“知”的产物，“知”在性质上是冷峻无情的。由于心意是人性的首要的和根本的成分，“知”只是附带发生的其次之物。人们多半会认为，你那么激烈地表达意见，源于你的心意被激动，而不去思考，心意之所以激动，只是出于你的意见的强烈性质。

要是有理由怀疑某人在说谎，你得看起来像相信他说的每一个字。这会鼓励他继续说下去，他的说辞会变得更为激烈，最终便会自露马脚。你若是看出某人企图隐瞒你什么，但并不太成功，要装作你不信他。你的这种反对态度，会刺激他透露真情，把实话说出，以对付你的怀疑。

处世智慧

我们应该把一切私事当作秘密，在这些事情上，尽管你跟你的相识者意气相投。你要把他们当作完全陌生的人，除了他们自己能看出的事情之外，什么都不要告诉他们。因为在一段日子之后，情况有所改变，你可能会发现，即使是他们所知道最无关紧要的事情，对你也是不利的。

在处世智慧上公开发表意见的人，都特别敦请人们慎言，并条陈诸多必须奉行的理由，所以无须我再加任何补充。但是，我或许可以添一两句鲜为人知、我觉得特为合适的阿拉伯谚语：

不能告诉敌人的任何话，
也不能告诉你的朋友。
如果我守住“秘密”，

这秘密就在我的看管之中；
要是它不胫而走，
我倒被监禁了。
沉默之树结出和平的果实。

一般来说，与说话相比，以沉默显出你的智慧，是更为可取的。因为不说话是谨慎，说话总带一些虚荣的意味。表现这两种品质的机会差不多是一样的，但是，说话所给予的短暂的快感，常常受到欢迎，而舍弃用沉默可获取的长远的好处。

我们不该忘记，人们对于无关自己的事非常聪明，虽然他们在其他事情上显得并不怎么灵敏。人们善于做这类的代数：给他们一个已知数做根据，他们能解答最复杂的问题。因此，如果你想诉说很久以前发生的一件事，没有提及任何人的名字，或是指出你谈到的人是谁，你必须非常小心，任何可能指向实情的东西，无论是多么间接，包括某一地点、日期或只是稍有牵连的某人的名字，或是甚至跟事件关系遥远的某些情况，一定不要在叙述中引入。因为那么做立刻给人们一些肯定之物作为起点，加上他们得到对这类代数的天分的帮助，便能发现其余的一切。他们在这些事上的好奇心，变为一种狂热；他们的心意激励智力，驱使它往前，达到最难找到的结果。尽管人们对于一般及永恒真理毫无兴

趣，就这件事莫名其妙的细节来说，他们相当热情洋溢。

生气蓬勃的人，在无人聆听之时高声说话，感到颇能发泄胸臆。最好不要这么做，以免养成习惯。因为在这种方式中，思想慢慢会跟说话打成一片，说话可能成为自言自语的一种过程。谨慎要求我们，在所想和所言之间，划出一道鸿沟。

“钱财被骗，得益良多”，花钱买教训，我们一下子就买到“谨慎”。

可能的话，不要对任何人怀有恶意，但须仔细观察和记住他人的行为举止，这样才能够估计他的价值（至少对你自己而言），从而做出对他的态度。千万别忽视：人的性格是不能改变的，忘记别人的坏德性，好像是扔掉辛苦赚来的钱。做到这些，你能保护自己，幸免于不智的亲密以及乱交朋友的恶果。

“不轻易爱人，也不轻易恨人”是处世智慧的一半；“不轻易说话，也不轻易听信别人的话”，是另一半。说真的，这个世界要我们遵守上述的一些条规，我们大可以对人生气地说话，从你的言行显出憎恨，是不必要的行为——非常危险、愚蠢、可笑、凡俗。除了在所作所为之中，不要显出愤怒或憎恨。强烈的情绪在

行为中最能有效地表达，只要你能避免用其他方式显露。只有冷血动物的咬噬是有毒的。

“说话无须强调”，是明于处世之道者的老条文。这就是说，应该让其他人发现你说过什么话，要是他们迟钝，你还来得及逃避；另一方面，“说话加强要点”是想激起对方的情感，其结果总与所期望的相反。如果你的样子有礼貌，口气彬彬有礼，你就是不折不扣地污蔑许多人，也不致马上得罪他们。

第四章 命运与世道

不管命运如何降临我们身上，不可太高兴，也不可过分悲伤。一方面是由于一切事物都充满变化，我们的运气随时都会变动；另一方面是因为在判定事情对自己是好是坏之时，我们易于受到欺骗。

我们并不能真正拥有什么

不管人的命运呈现出多么不同的形式，一些相同的成分总是在那里的。因此，人的一生，不管是在农舍或是在皇宫，在军营还是在修道院度过，大致是一样的。请把环境任意改变吧！任你挑选机遇、成功或失败也行！

人生就像一家糖果店，货物应有尽有，形形色色——全都是用同样的糖浆做出的。人们谈到某人的成功，他跟一个失败者的命运看来没有多大不同。世界上的不平等像万花筒的组合一般，每转一下，一幅新景象呈现眼前，但实际上我们所看到的，只不过是以前看过的同样东西。

我们来到这个世界，都充满对于快乐和幸福的憧憬，并且希望确实能一生完美。命运总是不客气地老早教训我们，我们并不能真正拥有什么，世上的每样东西都由她统驭，对于我们所具有的一切——我们的配偶或子女，甚至我们的手臂和腿、眼和耳以及脸部正中的鼻子，都拥有无可争议的权利。

在任何情形下，我们不久就会从经验中领会到，所谓幸福和欢乐都不过是海市蜃楼，从远处可以见到，一旦接近就消失了。另一方面，折磨和痛苦却是千真万确的，其现实性没有缓冲余地，不容许妄想或虚假的希望置身其间。

机 运

古代的一位著作家说得好，世界上只有三大力量：精明、实力、命运。我认为最后一项最有威势。我们的一生像一艘船的航行，命运——包括好运与厄运——担任风的角色，它能把船往前推送，或是驱赶船远离航道。我们所能做的非常有限。像舵一样，如果一直努力地操作，可能对船的航行有所帮助，但经过一阵狂风，一切又告失败；但如果是顺风，船可以一直走，无须掌舵。命运的力量，以西班牙的一句谚语表达得最好：祝福儿子好运，然后把他扔进海中。

“机运”可以说是一股恶势力，我们应该尽量让它少发生作用。你说，哪里有这么一位施与者，他在分发礼物之时，完全是出于他的善意和慈恩，同时又让我们可以喜滋滋地盼望再从他手中敬谨地领受厚赠？他懂得训示收受者的至上技巧：一切的勋绩和功德在他的大恩大德之前都失去力量，没有用处。这位施与者除了“机运”，还会是谁？

当我们回顾一生的道路，审视那“到处令人错失的迷津”（歌德《浮士德》卷1）之时，我们一定看到在许多关键之处时运不济，我们不免会过分自责。我们一生的过程，绝不会完全是自己造成的，它是两个因素的产物——一系列所发生的事情，以及我们对每一事情所做出的决定，这两者又经常在视野中发生作用。

这也许是由于我们所采取的计划看得不够远，也许是我们对未来事件尚未具有充分能力加以预测：我们所知道的严格地限于现在的计划和现在的事件。所以，一旦我们偏离目标，我们无法对准它驶去。能够大体正确就该满足了。在朝向我们所认定要去的方向之中，我们时常需要曲折前进。

财富好比海水

富人的巨大财富不会使穷人激动，相反，富者如果希望破灭，他的既有财产不能让他得到安慰。财富好比海水：你喝得愈多，你愈口渴。名声也是一样。损失财富让人悲痛，但随后就会恢复以前的心态。理由是，命运让他的财富减少，他的权利要求也随之减少。但当不幸降临之际，让我们减少对权利的要求，是最为痛苦的。我们一旦接受现实，痛苦逐渐减少到后来不再感到痛苦，像一个痊愈的老伤口。反之，幸运降临，我们对权利的要求愈来

愈高，没有制约。这种扩展完毕，欣喜也就停止：人们习惯于增加要求，因而对于眼前能够满足自己的财富感到淡漠。

生来就有钱的人，已经把钱等同于空气，没有它不能过活。他牢牢地看着钱，像保证生命一样。这种人通常都喜爱秩序，为人谨慎而节俭。生来境况不好的人，把贫困不当一回事，如果靠什么机会发了财，他会把它看作身外之物，钱就是花的，花得开心就值得。因为就是把钱花光了，他还可以像过去一样过活，还少了一桩麻烦。莎士比亚在《亨利六世（下）》第1幕第4景有这样的话：

这句俗话一定可以获得印证：
乞丐骑马，马不累死不下马。

经历过贫困的人比较不怕贫困，因而比之那些生于富贵人家、对穷苦无亲身经验的人，容易趋于挥霍奢侈。自小境况美好的人，一般都对未来谨慎小心，比起那些突然暴富的人，更为节俭。这似乎是说，贫穷从长远看来，并不是那么可怕。

棋如人生

特伦斯（Terence）有言：“人生好比一局骰子戏，如果所出现

的点数不是你所要的，你还是能动脑筋同样善用它。”特氏在这里所想到的必定是类似“十五子棋”的一种游戏。更简要一些，我们可以说人生好像是一场牌戏，洗牌和发牌是命运。就目前的讨论而言，最适当的比喻似乎是下象棋：我们决定一盘棋要怎么走的计划，将受到对手要怎么下的牵制——在人生中，则受制于命运的变幻无常。我们被迫修正策略，在实施时往往要作重大的改动，以致原来计划的特点几乎没有一项可以看出了。

直 觉

我们时常比自己所感觉的要愚蠢得多。我们的聪明才智，常常超过自己所想象的程度。但是，只有亲身感受到的人，才会得出这一结论，而且要经过很长时间以后才能认得出。我们的大脑不是人体最聪明的器官。在人生的重要关头，当我们决定重要的步骤之时，我们的行为不是受到理智的知识的指导，而是出于一种来自内心的、几乎可以叫作直觉的冲动。

如果到后来，我们以一成不变的无情的正确理念，那些死记硬背或是可能借自他人的无济于事的抽象观念，或者我们开始用的一般规则，还有那些曾经指导他人的原则，而未充分考虑“适于彼者未必适于己”的箴言，就来批评自己的行为，那么，我们可能

对不起自己。在最后，谁对谁错自会明白，只有万幸活到高龄的人才有能力对自己和他人的行为，作出公正的判断。

“预知感”给予我们生命某类神奇的平稳性和一致性，这是我们在清醒时心境不定所不能获有的。在知觉状态中的我们，容易犯错或被引入歧途。就是由于这种预知感，人们觉得自己会在某一特别领域将有大成。从青年时期开始，它在内心就有一种神秘的感觉，这就是他们的正途。向着那个方向努力，如同相似的直觉引导一只蜜蜂建造蜂巢一般。葛拉西安将这一冲动称之为“明哲保身的大才能”。我们直觉地认定它能拯救我们，没有它，我们就无所适从。

按照抽象的原则行事是困难的，需要多多练习，才可能偶然成功几次。原则不能适合我们特殊的情况，是经常发生的。但是，我们每个人都有某些内在的“具体原则”，就好像在我们静脉中流动的血液的一部分。

事实上，它是我们全部思想、感情和意愿的总和或结果。对于这些内在原则的抽象形式，我们通常一无所知，只有当我们回顾一生所采取的途径，才知道我们一直受它们的引导，它们好像构成一条看不见的线索，我们曾经不自觉地一直在跟从它。

所有的事物都是稍纵即逝的

时间造成巨大的变化，就其本质而言，所有的事物都是稍纵即逝的——这些可信的话应该永远记住。因此，不管你的情况如何，要对自己作出相反的设想：在顺境中，想到不幸；在情投意合时，想到敌对；在天气晴和时，想到密云满布；在热爱中，想到恨；在信任的时刻，想象他人的不义，懊悔自己那么相信人家。同样地，自己在逆境中，要保持欣喜时光所有的轻快感——这真是处世智慧的不竭资源！那么，我们应该多做反思，才不会那么容易受骗。因为，一般来说，我们应该预想到年岁带来的变化。

也许我们最不能缺少的知识，能从个人经验中领悟出，世上一切的人和事物都是变动不居的。万事万物在其地其时，都是必然的产物，所以能够具有充分的合理性。这一事实使得每年每月甚至每天的境况，都似乎有权力永远持续。但是我们知道，这是永远不可能的，在这个一切都倏忽即逝的世界上，只有“变”是持久不息的。明智之人不仅不会被表面的稳定所欺骗，而且能预测变动所发生的路线。

人们一般总是觉得目前的处境会持久，事情会像过去一样在未来继续。他们的错误，出于他们不了解所见事物的缘由——其缘由跟它

们所造成的后果不同，缘由是本身即含有未来变化的胚芽。人们知道的只是后果，他们信守那些后果是基于一个假定：这类未为人们所了解的缘由既然足以导致后果，也就能够维持那些后果的现状。这是一个很普遍的错误。由于这种错误所引起的祸害影响到大家，所以容易忍受；要是哲学家独自犯错，那么对他是加倍的不利。

时间是最厉害的剥削者

“时间”是最厉害的高利贷剥削者，如果你要时间预先支付，你得付出最昂贵的利息。例如，如果施以未熟化的石灰和人工热气，一棵树可能在几天之内长叶、开花和结果，但之后那棵树就会枯萎死去。同样，年轻人可以滥用他的体力——就说几个星期而已——在19岁做出30岁时很容易做到的事，时间可以给他那笔他要求的款项，但是他必须付出的利息，必得出自他往后岁月的精力，甚至得用他的一部分生命支付。

有些疾病是可以完全康复的，但必须让病痛自然痊愈。这样痊愈之后的疾病消失，不留痕迹。如果病人性子急躁，仍在病中的时候就坚持已经完全痊愈，在这种情形中，“时间”同样肯借贷，病痛也会好转，但一辈子要付出的利息是体弱和慢性病。

在战时或是在不平静的年代，我们可能马上需要现款，往往就必须以正常价格的三分之一或更少卖出房产或政府公债；而若是我们肯等待，市场经过一定时间总会恢复正常的。但是我们强迫时间贷款，所遭受的损失就是所付出的利息。

又或是有人想作长途旅行需要钱，本来过一两年就可以从收入中存下足够的一笔钱，但是他不能等，因此他去借钱，或者取出一部分本钱——换言之，他要时间预先借钱给他。他付出的利息是账目混乱，亏空增加，损失永远无法弥补。

这些就是时间对我们的剥削，不能等待的人是它的牺牲者。试图改变时间的步伐，是最浪费的做法。这么说，我们必须谨防不欠时间的债。

世界如此运作

在政界中，私交、朋辈和各种关系都十分重要，为的是需要我们的帮助，以便一步一步地往上爬升，才有可能到达梯子的顶端。在这样的人生中，开创事业的时候最好是一文不名；如果有志者并非高贵家庭出身，略有能力，赤贫对他更是绝对有利。在一般的接触中，每个人都想证实自己优越，最喜欢看到别人不如自己，在政界中更是如此。

这样，只有一贫如洗的人才会截然相信自己是完全的、肯定的在每一方面都卑下，觉得自己彻底的微末和无用，才会在政治圈中平静地占一个席位。只有他会继续地鞠躬，腰身深深弯下，有需要时还把脸贴到地上；只有他能忍受一切，凡事一笑置之；只有他了解才干完全无用；只有他说话和为文时总是用最响亮的语句提及他的上司和位居权势的人；只要那些人胡乱写些什么，他马上赞扬那是杰作；只有他懂得如何乞求，于是能在年纪轻轻时成为那一套奥秘道理的大神棍。这一点歌德有揭示：

我们不必埋怨
低下和卑劣的作为；
不管人们如何说话，
世界就是如此运作。

人生如牌局

在各个国家中，玩牌都是社会上的主要消遣，它可以衡量社会的价值观，也是思想破产的表象。因为人们没有思想可以把玩，他们就玩牌，都想赢对方的钱。真傻！为了做到公平，且让我谈一谈玩牌的好处。

它能够让人学习世故，如何蝇营狗苟，怎样能巧妙对付由机运决

定而不可改变的情况（例如，刚拿到的一手牌）。这就要尽力为之，必须要学一些伪装，情况恶劣时脸上还堆满笑容。但另一方面，正因为这样，玩牌肯定使人玩物丧志，因为它的整个目的就是运用各种伎俩和计谋，去赢取别人的钱。在牌桌学到的这些习惯，就会深植而且进入实际的生活中。在每日的事务中，人们逐渐把真实人生看作牌局，觉得可以无所顾忌地运用优势，只要不逾越法律的范围。

一个普通的社会就好像完全由俄国管号组成的乐队所奏出的音乐。每一支管号只有一个音符，每一个音符在适当的时候出现，就奏出音乐来。由单一管号所奏出的单调声音中，你能充分地看出大多数人的心理状态如何。

我们的脑海似乎只有那么一点思想，不能容纳别的什么。我们很容易看出，为什么人们都那么烦闷无聊，为什么喜爱社交，为什么喜欢在人群中走动——为什么人类是群居的？是个人自己性格的单调，让人们觉得独处是无法忍受的。“愚蠢诚然是自己的重负。”（塞尼加《书文集》卷9）让很多人聚在一起，我们才得出一点结果——由我们的单音管号所奏出的一些音乐。

最可怕的不幸也是最不可能发生的

在日常生活中，我们拥有很多的机会辨认一般人和谨慎人士在性格上的差异。在估计从事一件工作所涉及的可能危险之时，一般人把探听的范围局限于这类事情过去已经发生的风险；谨慎之人则会往前看，考虑每一件都不会发生，但可能会在两分钟之内发生的事。个人所作所为的不同当然是很自然的，因为要考虑各种可能性需要一些辨别力，而察看已经发生的事，只要神智清醒就行。

不要忽略向凶神献出牺牲。我的意思是，如果能够杜绝“不幸”的侵袭，对于花费一些时间、心力和金钱，放弃舒适，或是缩小目标、克制自己，我们不可犹疑。最可怕的不幸也是最遥远最不可能发生的。参与保险是公众对“忧虑”的祭坛所献出的供品，保险行规最能说明我所提出的这条规则。现在就去取得保险单吧！

宠辱不惊

不管命运如何降临我们身上，不可太高兴，也不可过分悲伤。一方面是由于一切事物都充满变化，我们的运气随时都会变动；另一方面是因为在判定事情对自己是好是坏之时，我们易于受到欺骗。

几乎每个人在一生中都有这样的经验：我们为之悲伤的一些事，以后证明为所发生过的最好的事；或是我们为之欢欣不已的事，竟然成为最大痛苦的来源。为了应对这种情形，我在这里所建议应该采取的心理态度，莎士比亚曾经巧妙地说到过：

我觉得喜事悲事都有许多花招，
所以它们猛然间出现的面貌，
未能使我惶悚不知所措。

——《皆大欢喜》第3幕第2景

一般而言，面对种种不幸而能保持平静的人，表明他了解人生的路程上有许多可怕的事会发生，他把当前的困难看作只是可能降临的一部分。这是坚忍主义者的气质——永远不忘记人类的悲惨命运，而是总要记住，我们的生存充满痛苦，我们可能遭遇的不幸是无数的。不管是在何处，我们只要四周一望，就能重新感到人类的苦难。眼前看到的尽是人类在挣扎、踉跄受苦——都不过是为了可怜的生存，没有生趣，没有回报！

如果我们认定不幸有可能到来，像俗话所说的“对不幸要有所准备”，它在降临我们身上时，便不觉得那么严重了。其主要理由可能是这样的：在不幸降临之前，要是我们已经静静地想到它是

否会发生，我们会知道它的全部程度和范围，至少我们能决定它将如何影响到我们。所以如果它真的来到，便不会使我们过度难受——我们所感受到的不会超过其实际的分量。如果没有准备，心态一时陷入惊慌，我们无法看出祸害的全部涵盖面。

习惯不幸

无论如何，它看起来影响太大，受害者会以为是漫无止境的，从而把事态扩大。同样地，黑暗和情况不明总是增加危险感。当然，如果我们想到过不幸的可能性，我们也会同时考虑到何处可以找到帮助和安慰。至少，我们已经习惯了“不幸”这个念头。

“世上所发生的每一件事——从最小的一直到最大的生存事实——都是有其需要而发生的。”要是确实了解这句话，我们将能装备齐当，冷静地忍受人世间的不幸。这样，人们不久就能让自己适应不可避免的事——那些有其需要而发生的事。人们要是了解所发生之事都是有其需要的，他们就会发现事态就是这么无可改变，哪怕是世界上最古怪的机遇，也是其需要的产物，正如同按照熟悉的定理、合于我们期望所出现的一些现象。

生活中经常发生的不如意小事，我们可以看作是用来磨炼我们的途径，让我们能承受更大的不幸，不会因为我们事业顺利而丧尽

生存能力。人与人之间的一些小小的分歧、无关紧要的争论、别人的不当行为、流言蜚语还有生活中许多别的相似的烦恼，对待每天的这些小麻烦，人们应该像是全身武装的齐格飞[①]。我们不应该为那些小事感慨，更别记在心中为之烦恼，而是要跟它们保持距离，把它们看作路上的石头，推开不让其挡路。千万不要去想它们，不容它们在反思中占一席之地。让我们感到恐惧并且预告危险在即的是“诡诈”，而不是凶暴或粗鲁。作为武器，人脑比狮子的利爪要可怕得多。

世界上最高超的人该是从不犹豫、从不慌忙的人。我们的目标是仔细观察我们的周遭，对抗不幸并且把它击退，在避免人生不如意事这方面——无论是来自我们的族类，还是来自物质世界——达到炉火纯青的境界。要像一只狡猾的狐狸，我们才可能从大大小小的祸患身边溜开。要记住，“祸患”通常都是我们自己“短拙”的化身。

作为促进快乐不可缺少的气质，仅次于精明的是“勇气”。当然，我们无法让自己具有这些，因为我们主要从母亲那里承获前者，从父亲那里继得后者。然而，对于既已存在的这些气质，我

① 这里是指德国神话主人翁齐格飞（Siegfried），他在青年时代曾经多次历经奇遇。他的隐形外套，让他有神勇力敌12人。

们却能靠决心和锻炼得到帮助。在这个“用假骰子玩游戏”的世界，我们必须有钢铁般的性格，具有经得起命运打击的甲胄，以及跟他人抗衡以取得进展的武器。

人生是一场长久的战事

人生是一场长久的战事，每往前一步都得拼命。伏尔泰说得对：“我们要能成功，只有靠剑刃，我们死的时候利剑还在手上。”暴风雨刚刚开始加剧，甚或是地平线上乌云初起，就立刻退缩或心灰意懒、不知所措的人，是不折不扣的懦夫。我们的座右铭应该是：

不向妖魔退让，而是更大胆地面对它。

——威吉尔《埃涅伊得》

任何危险只要还留有怀疑的余地，只要仍有可能加以挽救，我们就不该战栗，不该只作抵抗不抱其他想法——正如对待天气一样，只要见到一丝蓝天，就不该对天气失望。的确，我们应该这么说：

即使全世界坍塌成为废墟，
我们仍要保持泰然心情。

——贺拉斯《颂诗》第3章第3节

别说它的福分
就是我们的整个生命
都不值得我们那么胆战心惊。
所以，且让我们英勇地面对人生，
对命运的每次打击都勇敢相向。

——贺拉斯《讽》

第五章　阶段人生

活到高寿有两个方法，两者都以身心健全为绝对必要条件。这两个方法可用两盏灯来说明，一盏灯的油很少而点燃得久，因为它的灯芯小；另一盏灯尽管灯芯粗，但也点得很久，因为它有大量的油供应。在这里，油就是生命力，灯芯粗细的不同就是使用生命力的多样方式。

“现在”是唯一的真实和肯定

只有当我们把一生当作有机联系的整体加以检讨之际，我们的性格和能力才能够真正地显露出来。这时我们看到，在某些事件中，我们是如何受到特殊才能的引导，就像获得灵感一般，帮助我们在一千条邪恶道途之间，选出一条正路。这种情况不仅是在实务方面，在理论工作上也是如此。从相反的意义而言，我们就会不幸沦为无用和失败。“现时”的重要性只会在很久以后才体现出来，很少会在当时就了解到。

只有在完成人生的某一阶段，或是接近人生终了的时候，我们才了解我们所有行为的真正关联——我们有什么成就，我们做过些什么。只有到那时候，我们才能看清楚因果的切实关系，我们所有努力的精确价值。因为在日常的生活和工作中，我们做人处世总是依从我们的性格，受动机的左右，而且局限于我们的能力范围之内——简言之，从头到尾，都受到“必然律”的控制。每时每刻，我们都按照自己看来妥妥当当的方式行事。只有在事后，当我们回顾整个一生和大致结果的时候，我们才能看出一生为什

么是这样。

“现在”是唯一的真实和肯定，“未来”几乎总是不符合我们的期望，“过去”也跟我们的假定有所不同。过去和未来，总的说来，不如我们所想象的那么重要。远处的物体，肉眼看起来变得小些，在回想的时候会增大许多。只有现在才是真切和实际的。“现在”是唯一完全掌握住现实的时间，我们的存在只有在它的范围内才有可能。所以，我们应该为生命的这一现象而高兴，给予它应得的欢迎，享受没有痛苦和烦恼的每一刻，也就是可以忍受的时间，充分认识它的价值。

在我们的一生中，我们能实际拥有的就是“现在”，也仅仅限于现在。唯一不同的是，在人生开始之际，我们期望有一个长长的未来，在一生快要结束的时候，我们就会回顾一个长长的过去。还有就是，我们的脾气（并非性格），已有若干明显的改变，这就让“现在”在人生的不同阶段，显出不同的色彩。

如果以往所经历的失望，对未来的担心，无不严重地影响着我们，我们就做不到这些。拒绝现在的欢乐时刻，或是因为对过去和未来不安，而未能珍惜目前的美好时光，就是极大的愚蠢。但对于现在，让我们记住塞尼加的话：“把每一天都当作独特的一

生看待。”我们要尽可能地把每一天过得称心满意，它是我们实际上拥有的唯一时间。

失去的乐园

人生的最前面的四分之一时光最为快乐，在以后的岁月中回顾，童年似乎就是一种“失去的乐园”。在童年，我们跟他人的关系是有限的，我们的欲望很少——总之，对“意志”的刺激不多。因此，我们主要的顾虑是知识的扩大。人的大脑在7岁时已经完全成长，智力也是发育较早的，尽管还需要时间成熟。智力在探测周遭的整个世界，不断地寻求滋养。在孩提时，生存的本身就是清新的喜悦，所有的事物都闪烁着新奇的魅力。

在早年，生命是如此的新鲜，感觉未被重复使用而如此锐利，孩子在生活中并未意识到自己要做什么，总是在静默中掌握生命的本质——经由个别的情景和经验获致其基本的性质和一般的轮廓。用斯宾诺莎的话来说就是：孩子从永恒的角度，在学习观察周遭的人和事。

早年对外在世界的直观知识既有深度也很强烈，足能解释为什么童年时期的经验，会在我们记忆中留下深刻的印象。我们在年轻的时候，完全浸润在周围的环境中，没有其他东西把我们的注意

力拉开。我们把四周的事物，看作该类别中仅有的，好像其他东西都不存在似的。等到后来我们发现整个世界万物竞秀，这一初始的心境渐次消失，跟着消失的是我们的勇气和耐心。

最初的世界观

我们生命中最早的岁月，就这样奠定了我们的世界观，不管是肤浅还是深刻。虽然这一观念在日后可能扩大并使之完整，但实质上不会有所改变。这种纯然客观而充满诗意的世界观构成孩童时代的根本，并且意愿在活力尚未发达之时而能持续。

受到这种世界观的影响，我们在孩童时代对于吸取纯粹知识的关切，远远超过如何运用意志力。因此，我们在许多孩子脸上，可以看到那种严肃而沉思的表情。在描绘小天使时，尤其是“西斯廷圣母像”中的小天使，拉斐尔运用这一表情，最是得心应手。孩童时代的岁月，就这样变得充满幸福，回忆那些日子总是不能免于向往和遗憾的。

我们愈年轻，每一个别事物愈是代表其隶属的整体；而年事增长，这种情况就愈来愈少。这就是为什么在童年和青年时代所获得的一些知识和经验，成为我们日后所得全部知识的永久性的大标题——那些早年的知识形式，似乎在演变成项目，以后经历的

后果就在那些项目下进行归类，虽然我们心中并不总是明晰地具有这些知识。

我们就这样热心致力于认识事物的外观，以原始的方式了解我们周遭的事物；另一方面，教育却把“概念”灌输给我们。但是，概念对于事物真实的和基本的性质，不能给以信息，而这些了解是所有知识的基础和真正的内涵，只能经由“直观”的途径才能达到。这一类的知识决不可能从外界注入我们脑中，我们必须靠自己为自己而获致。

所以，一个人的智慧和道德品质都从他自己天性深处发展而来，而非外来影响的结果。任何教育计划——不管是裴斯泰洛齐（Pestalzzi），或是别的教育家——都不能把天生的愚人转变为明白事理的人。这种事情是不可能的！生下来是愚人，到死还是愚人。

在童年的岁月中，我们对于世界的外表，也就是心性的表象，知道得比较多；而对于世界内在的性质，也就是心性的本身，了解很有限。由于客观的一面讨人喜欢，而内在的或是主观的一面却是那么可怕，年轻人对它还比较陌生，于是在他智力发展的过程中，他把在自然和艺术中所见到的一切美丽形式，看作是众生和

万物都是那么幸福地生存着；它们从肉眼看来是美丽非凡的，于是他想，内在的一面必然更为漂亮。在他面前展现的世界宛如另一个伊甸园。这是一片人间乐土，我们都是在这里出生的。

生命的布景

在这个世界中，我们领略到事物或存在的另一面，也就是意愿的一面。我们每有所求，都会事与愿违。然后，是大幻灭（觉醒）时期的来到，这一时期极为漫长。但是，这一时期不过刚刚开始，许多人就会对你说：（我）幻想的年代已经度过了。然而，全部过程才刚刚开始，它的势力还在伸展，而且愈来愈致力于控制整个人生。所以，我们可以说，在童年，生命看起来像是戏院里的布景，因为我们是从远处看去；在老年，布景依然，这时我们却已走到非常临近布景的地方。

春天开始，树上的嫩叶颜色相似，形状也差不多一样。在人生的最初几年，我们都彼此相似，大家和睦。但是，随着青春期的到来，相异就开始了。像一个圆周的半径范围，我们愈往前走，分离就愈大。

我们生存的前一半所占有的优势，比后一半多得多。青年时期是前一半的剩余部分，因为要追求幸福，弄得烦难和困苦重重，似

乎觉得“幸福”在人生路途之中是一定可以遇到的，这一希望到末了总是失败，导致满腔怨恨。某种模糊的未来幸福是在梦想中诞生，由空想构成的，这种幸福的幻影在我们眼前浮动。我们寻求它的实体，徒劳无功。

年轻人无论处境如何，一般都对现实不满，他把失望完全归罪于自己一生初始的情况，因为跟他原来的期望非常不同。而究其原委，是他现在初次体验出人生到处都是空虚和苦难。

“世界对人是宽宏大量的”，一个年轻人在早期教养中如果能除去这一观念，对他将有很大的好处；但教育的一般结果是加强这一妄念，我们对人生的初始观念，通常是从小说而非生活实际中得来的。

在我们青春时代明媚的早上，人生的诗歌在我们面前展现壮阔的景色，我们奋不顾身，热切地要看它实现。我们简直是期望能抓住彩虹！青年预期他的事业宛如有趣的浪漫，这里就隐藏着我一直在叙述的失望的胚芽。这些景象如此可爱，其原委就在于它们是空想的，并不真实。在观看它们的时候，我们是居于纯知识的领域，这一领域是自足的，没有真实人生中的熙攘和斗争。试图实现这些想象，就是把它们定为意志的目标，其

过程总是痛苦的。

人生可以比喻为一幅刺绣，我们在前半生所见到的是刺绣的正面，后半生所见到的是反面。反面没有正面那么漂亮，但是比较具有教导作用，它能说明丝线是如何绣在一起的。

世界的真相

我们前半生的主要特征，如果是渴望幸福从未获得满足，我们的后半生就是害怕遭遇不幸。当年事渐长，我们都或多或少地了解到，所有的幸福在性质上都是梦幻的，只有痛苦是真实的。于是，在年长的时候，我们（或是我们之中比较明智的）转为专心于消除此生的一切痛苦，巩固我们的地位，少去追逐快乐。对了，我可以这么说，在年老时，我们比较有能力阻挡“不幸”的到来；在年轻时，我们比较有能耐逆来顺受。

年轻的时候，听到门铃响总是高兴的，我这么想：啊，好事来到！到后一阶段，我在这些时候的情绪却是沮丧多于快乐，我这么想：请上天帮助我！我该怎么办？对于世人，任何稍有才能或杰出的人在情绪上都有相似的剧变。就为了这，他们不能说是规规矩矩地属于这个世界。根据优越的程度不同，他们或多或少地遗世独立。在青年时期，他们感到被世界遗弃，到后来，他们觉

得好像已逃离这个世界。前一个感觉是不愉快的，出于愚昧；后一觉察是愉快的，因为在这时候，他们已了解世界的真相。

与前半生相比，后半生就好像一个音乐乐段的后一部分，它已经降低热切的渴望，而表现出更多的安谧和宁静。情况为什么会这样？只因为在青年时，我们幻想世上的幸福和欢乐多的是，只是不容易遇见而已；年老时，我们知道事情并非如此。我们对这个问题的心态是完全恬静，尽力享受当前的时刻，我们甚至会为一些小事高兴不已。

我们在早年的想象是，此生中的首要事件，还有扮演重要角色的人物，在登场时都会有号鼓鸣奏；当我们年老回顾之际，发觉他们都是静悄悄地来到，好似从边门溜进来，几乎无人觉察。

妄　念

人生阅历为我们带来的主要结果是“视野明晰”。这是我们成熟的特征，也使得这个世界跟我们青少年时候看到的不同。到这个时候，我们才把事情看得平常，按照实况接受各种事物。而在早年，我们看到的是用我们心中的遐思怪念、经由承袭而来的偏见以及奇异的妄想拼凑而成的梦幻的世界。我们未看到真实的世界，或者说，我们所见的景象是扭曲的。经验要做的头一件事就

是，把我们从大脑的幻想，也就是从年轻时所得的错误观念中解放出来。

最佳的教育方式是，不让那些错误观念进入我们的脑海，尽管它的目标是消极的。但是，这一任务充满困难。首先是孩子的所见所识要尽可能加以限制，就是在限制中也只能给予清晰和正确的观念；只有在孩子把范围内的事物都有适当的领悟之后，才可以把范围扩大。我们要小心，不允许任何东西是含糊的，或是有什么让人一知半解或者误解的。这种训练的结果是，孩子们对人和事的观念在性质上有限而简单。但在另一方面，他们的观念是清晰而且正确的，以后只要扩展而不是改正。同样的路线要继续维持到青年期。这一教育方法需要特别强调，禁止阅读小说，用适当的传记文学代替小说的地位。

智力上的优越，即使是最高级的，也不可能让谁在谈话中取得崇高的地位，除非你已经年近四十。年龄和经验能让一个才智最为平庸的人，跟极有才的人相抗衡，只要后者年事尚轻。当然，我在这里所指的是个人本身的优越，不是靠作品已经取得的地位。

年过四十，只要稍有智力的人——上天让六分之五的人们智力极

为平庸，超出这些人的智力就是稍有智力——都会显露一些愤世嫉俗。到了这个年纪，我们检查自己的性格，很自然地就能推断出他人的性格。其结果是，我们发现不管是理智的品质还是感性的品质（通常是两者一样），他们都未能达到自己的水平，因而逐渐感到失望。因此，我们很乐意避免再跟他人有任何纠葛。一般而言，每一个人都喜爱或憎恨独处——换句话说，遗世独立——其程度视个人对自己价值的看法而定。

年轻人如果对于世界的了解和处世之道早熟，也就是说，要是他很早就知道怎么与人相处，好似胸有成竹地踏入社会，无论从智力或是从道德观点来看，都不是良好的现象。它代表市侩的性格。另一方面，看见人们的举措大惊小怪，与人交往时笨拙而且脾气执拗，则显示出比较高尚的气质。

时间与记忆

青年攀登人生的山峦，看不到死亡（死亡的山峦在另一边的山脚），可以部分地解释，为什么青年时期那么愉快、生趣盎然。一旦我们越过山顶，死亡就出现了——在越过山顶之前，我们只是靠听闻略知死亡的。这就让我们感到气馁，因为在这时，我们开始觉得精力衰退。昔日朝气蓬勃，如今只有严肃认真，这种变化甚至在我们脸上都能看出。年轻时，人们可以随意告诉我们什

么都无所谓，我们把生命看作是无穷无尽的，漫不经心地消耗时间；年岁愈大，我们愈是厉行节约。朝向生命的终了，我们每过一天的感觉，就像死囚一步步走向绞刑架一般。

年轻时，时间的步子似乎慢得多，所以我们生命开头的四分之一，不但是最快乐的，也是最长的，它留下比较多的回忆。如果有必要，我们能就人生的第一个四分之一娓娓告诉他人的话，会超过随后的两个阶段的总和。说真的，在一生的春天，正像一年的春季，日子长长的，简直令人厌烦；一到秋天，无论是一年的或一生的，虽然日子比较短，倒是更为温煦而且融和的。

对于一个老人，为什么他度过的一段生命是那么短暂？理由就在：他的记忆短暂，因此他想象他的一生也是短暂的。他不再记得生命中不重要的部分，不愉快的生活的大部分现在也已经忘记。唉，所能留下的记忆太少了！

一般说来，我们的智力并不完美，我们的记忆也一样有缺陷。为了不让所学习到的教训，以及我们经历过的事件，慢慢陷入遗忘的深渊，我们就必须在这些方面经常做些反思。然而，我们不习惯反思不重要的事，而且一般来说，不愿意反思令自己不愉快的事。但如果要记住它们，我们便有必要那么做。但是，那一类我

们认为不重要的事会继续有新的增加：大多在开始看起来挺重要的样子，因为它反复发生而变得无关紧要。因此到最后，我们实际上忘记它发生的次数。所以，我们对于早年的事记得更多，对于另一些年岁的事记得较少。我们活得愈长久，我们称之为重要、认为值得记住的事就愈少。仅仅由于这一点，我们就不会把许多事记下，也就是说，事情一过，我们就忘记。

时光之水继续流动，在流经之处留下的痕迹总会愈少。因为日常要占据他心头的事日益增多，一个人对于已经发生之事的记忆，相对的变得短暂。我们早年所做过的事，那些很久之前发生的事件，好像是岸上的目标，对于出航的水手来说，每一分钟都变得愈小，愈不清楚，更难认清。

不愉快的事发生在我们身上，我们不愿意想到它，有损我们虚荣的事，通常更是如此。因为发生在我们身上的不幸事件，很少是我们完全无可责备的。因此，人们很容易忘去许多不愉快的事，以及许多不重要的事。

有时，我们会记得或想起很久以前的情景，好像就在昨天发生一样，有关的事件似乎就呈现在我们跟前。这种经验的理由就是，我们不可能同样那么生动地回忆中间时段所发生的事，而且涵盖

那个时期的一幅图像，也可能在一瞥之间全部认出来。此外，那个时期所发生的大部分事情，都已经忘掉，所留下的不过是我们曾经经历过那段生活的一般了解——一种只是抽象生存的概念，不是某种特殊经验的直接景象。这就造成久远以前的某一单独事件，好像是在昨天发生的。中间时段消失了，整个人生看起来那么不可思议的短暂。的确，在年老时，我们有时不会相信我们竟是如此老迈，或是我们遗留下的冗长的过往具有任何真实的存在——这种感觉主要是因为我们所见到的目前处境，似乎总是那么稳定，不可动摇。

我们年轻时觉得生命漫长，不免会把我们活过的那么几年，用来衡量人生的寿命。在早年，一切东西对我们都是新的，所以它们看起来重要。在它们发生之后，我们想到它们，把它们记住。因此，在年轻时，生命充满着各种发生的事，其过程也就显得悠长。

生命的本金与利息

36岁以前，在使用生命力的方式上，我们可被比喻为依靠资金生息而过活的人：我们今天把钱花去，明天还会再有。但是，从36岁以后，我们的地位好像投资者开始动用他的资金。起初，他没有注意到有什么不同，因为他开销的大部分都由本钱的利息支

付。如果超支不大，他不会注意的。但是，超支不断增加，直到他觉察出超支问题日渐严重。他的状况变得愈来愈不稳固，他自己觉得越来越穷，又没有希望停止吃老本。他从富裕向贫困下降的运动——像一件固体在空中下降，到最后毫无空间留下。如果这一比喻的两个条件——人的生命力和财富——都真的同时开始消解，这个人的确到达可怜的困境。就是对于这种不幸的恐惧，使人年纪愈大愈为爱惜财物。

在人生开始之际——在我们成年之前的阶段，还有成年之后的短时间——我们的生命力的情况，如同有些人每年把一部分利息加到本金里面一样。换言之，不但他们的利息照常地收到，而且本金不断地增加。在笃实的监护人的用心照顾之下，这种令人高兴的情况——健康和财富都一样——有时是能实现的。哦，幸福的青春，可悲的老年！

一个人在年轻的时候，也应该节省他的精力。亚里士多德指出，在奥林匹克运动会的所有胜利者之中，只有两位或三位在两个不同的时期都获得奖品，一个时期在少年，一个时期在成年。其理由是，在成年之前接受训练所涉及的努力，由于会把他们的精力消耗殆尽，就很难持续到盛年。在体力方面如此，在神经活力上更是这样，而我们所有的智力成就无非都是神经活力的表现。

所以，我们见到的神童——温室教育的成果，在儿童时代聪颖异常，令人赞叹不已，到后来变得很是平常。的确，孩子们早早被迫学习古典语文的方式，也许能解释为什么许多饱学之士竟是那么迟钝而且缺乏判断。

几乎每一个人的性格都似乎特别适合人生的某一阶段，他到达这一阶段就是登峰造极。有些人年轻时非常可爱，在那以后，毫无出色之处；有人在盛年时活跃有劲，年纪渐增就失去所有的价值；许多人在年老时最占优势，这时他们的性格显得比较柔和，饱经世故，逸致地对待人生。法国人往往如此。

这一特殊性，可能由于有关人士的性格，跟青年、壮年或老年的性质比较接近，这一性格或是能跟人生的某一阶段相辅相成，或是可以矫正他在某一阶段一些特别的缺点。

在岸上的东西逐渐隐入远处，而且显然变小，水手们只有靠这种方式观察船只的进程。同样地，看见比我们年纪大的人都显得年轻，我们觉察到我们已经年老。

终　点

我们年岁愈大，我们所见所做所经历的一切，在心中留下的痕迹

就愈少，这种现象的原因也解释过。引申其中含义，我们也许可以这么说，只有在青年，我们是意识充分清醒地活着，到年老时，我们只是半活半死。时光向前流逝，我们对于周遭发生的事情的感觉，渐渐减少，人生大小诸事匆促地过去，没有留下任何印象，正像我们第一千次看一幅艺术作品一样。手头有什么事，我们就做什么，过后我们不知道是否做过那件事。

生命愈接近一切知觉停止的终点，就会变得愈是缺乏知觉，时间本身的进程似乎在增加速度。在孩童时代，人生的一切事物和境遇都是新奇的，这就足够使我们清醒，对生存有完全的感觉。因此，在那个年龄，每天都似乎非常地长。我们旅行的时候，会产生同样的感觉：在外面一个月，比在家度过四个月要悠长。在年轻或在旅途的时候，时间都似乎过得比较漫长，就是新奇感在实际上也无法免去，我们不禁感到时间漫长得无从打发。

时光流逝的速度，在我们感觉上所造成的不同，对于我们生存的每一阶段的整个性质，起着最有决定性的作用。首先，它使得孩童时代——虽然只包括15年——似乎是一生最长的阶段，因而也是回忆最为丰富的；其次，它让人容易觉得烦闷无聊，年纪愈小愈是如此。

例如，请想想孩子们所表现出的经常需要有所事事——不管是工作还是游戏。如果他们工作和游戏都完毕，一阵可怕的烦闷感随之而来。甚至在青年，我们也决不能免除这个倾向，大家都害怕无事可做的时刻。成年后，这种烦闷感会消失得愈来愈多。老人发现时间短缺，光阴似箭。当然，我所说的是人，不是老朽的畜生。

最佳岁月

时光加速行进，烦闷无聊在人生前进中大多数会消逝，这时，热情及其伴随的痛苦会安分地睡去。人生在后期的负担，具体说来，比青春期显著地减轻，当然，这要假定健康还能维持住。所以，紧接着衰弱、困苦重重的老年之前的那个阶段，获得人生“最佳岁月”的美名。

青春期的知觉是活跃的，能接受一切印象，青春时代拥有这一特权——种子在这时播下、发芽，青春期是我们心智的春天。那时人们能领略深刻的真理，但不能构想出深刻的真理——也就是说，深刻真理的初始认识是立即的，是由一时的印象召唤出来的。只有当印象深刻活跃时，人们才能获得这种认识。如果我们要对深刻真理有所了解，完全要靠我们善用前段岁月。在人生的后期，我们可能更有能力影响他人——影响世界，因为我们的天性已经发展完备，不受新观点的左右。不过，这时的世界比较不

能影响我们。这是我们诉诸行动和获取成就的时候，而青春期是构成基本观念，为思想奠定基础的时候。

在年轻时，事物的外表最能吸引我们；年老时，思索是我们心智的主要特质。因此，青春期是喜爱诗歌的时代，老年就偏好哲学。在实务方面也是如此：我们在年轻时，多由外表世界所给予的印象形成我们的决心；而在年老时，我们用思想决定行动。只有一个人年纪大了，他观察外表的成果才够分量，才能让这些成果按照它们代表的观念，加以分类——这一过程又能使那些观念在各个方面，获得更为充分的了解，他对它们的正确价值以及可予信赖的程度，才可以评定。与此同时，他已经习惯于人生各种姿态所灌输的印象，这些印象对他的作用，跟从前有所不同。

在年轻时，各种事物（也就是人生的外观）对人所造成的印象极为强烈，尤其是对于性情活泼、想象丰富的人们，他们会把世界看作一幅图画。他们主要的顾虑是，他们在图书中会是什么人物，样子如何？不，他们并不明白其程度是否合乎实情。在个人虚荣上，在爱好华服上（如果未在其他方面），年轻人表现就是不同，大家所看到的是心智的一种本质。

毫无疑问，我们的智力在年轻时最能作大量和持久的努力。这阶

段有人可维持到35岁。在这阶段以后，我们的智力开始衰退，虽然很缓慢。可是，在我们生命的后期，甚至包括晚年，也不无智慧上的补偿。只有在这里，我们可说是经验丰富，或是学识充实；这时我们才有时间和机会，让我们能从各方面观察和思考人生；我们能把一事跟另一事相比较，发现它们之间的接触点和相连的链条。所以只有在这时候，对事物之间的真实关系才会有正确的了解。还有，我们在年轻时所获得的知识在深度上会有所增加；我们在过去所获得的观念，现在有更多的例子予以说明；我们在年轻时以为自己知道的事物，现在有深刻的了解。此外，我们的知识范围比较广大，不管朝任何方向延伸，它都是彻底的，因此能构成一致的并有关联的整体。年轻时，知识总会有缺陷，是片面的。

人在暮年

在踏入老年之前，任何人对于人生的认识不可能是完整而适当的。只有老人才能看到人生的整体，知道它的自然进程。大家都对人生的入口有所认识，但只有老人对于人生的出口才有认识，这一点是极为重要的。因此，只有老人对于人生的极度虚妄，有充分的了解；其他人则从不停止努力，因为都免不了有“船到桥头自然直”的错误想法。

我们年轻时具有更多的想象力，在人生的那个阶段，我们“知一隅而三隅反”。年老时，我们喜欢判断、深入和彻底。为了体认这个独特而奇异的世界，这是年轻人搜集有关资料的时候，目的在于写出他对人生的创新观点，也就是说，一位天才给同辈留下瑰宝。但是，只有在后期，他才变得善于利用资料。于是我们发现，伟大的作家一般来说大约50岁才写出最好的作品。虽然知识的树要长成后才结果实，树根却需在幼小时打好基础。

每一个时代，不管它的特征性是如何的贫乏，都认为自己这一代远比上一代要聪明得多，比之更以前的时代，就不用说了。我们一生的各个阶段也是一样，总认为这一阶段比上一阶段优越，然而对于这两桩事情的看法，往往是错误的。在我们身体生长的年代，我们的智力和知识每天都有增长。我们已习惯了在今天轻视昨天，这时我们倒应该在今天敬佩昨天。所以，我们常会不适当地贬抑我们年轻时候的成就和判断。

虽然一个人的智力和心地，就其主要品质而言都是天生的，但前者毕竟不像后者那么不能改变。事实上，智力曾经有许多变化，一般来说，每有变化都会实际显露出来。这种现象，一方面是由于智力在身体中占有深邃的基础；另一方面由于智力所处理的素材，是由经验提供的。所以，从身体的观点而言，我们发现，如

果一个人有特殊的才能，这种才能开始慢慢地增进实力，达到高峰，然后走上缓慢衰退的道路，最后成为低能。

人生的前40年好比写出一本书的正文，剩下的30年完成该书的注释。没有注释，我们对于正文的真义、系统，该书所含的寓意，还有它的微妙引申，都无从获得正确的了解。

激情消退之后，生命的真正核心已经离去，除了躯壳以外，没有其他东西留下；从另一观点来看，人生像一出喜剧，开场是真正的演员，以后由穿着他们衣服的机械人继续到最后收场。

在行经世界的道路上

在人生快要结束之际，就像化装舞会的终了时分，大家把面具除下所发生的景况大抵一样。这时，我们能看出究竟谁是谁，在我们行经这个世界的道路上，我们跟谁有过接触。在生命终了之时，每个人物都露出真面目，行动已有结果，成就得到正确的评价，一切虚假和伪装都已暴露。所有这些事件的发生，“时间”都是必要的条件。

只有生命快要终了之际，我们才会真正认清和了解真实的自己——我们一生所依从的目标和方向，尤其是我们跟其他人和全

世界所建立的那些关系。由于这些认识，我们往往会把自己从前认为应该获得的地位降低一些。但是也有例外，偶然我们会提升自己此前所评估的地位。这是因为我们过去对于世人的卑下，未有适当的观念，我们一向所认定的目标，比其他人所遵循的要崇高些。

一般人都认为，青年是人生的快乐阶段，老年是人生的悲哀阶段。如果说“热情”能让我们快乐，这话就是正确的。青年人是由热情支配的，热情给予我们大量的痛苦，而只有少许的欢乐；年老时，热情降温，让人休息，我们的心情偏向深思熟虑，理智获得自由而占上风。由于理智超出痛苦的范围，只要理智挂帅，我们就会觉得快乐。

我们只须记住，“快乐”在性质上是负面的，“痛苦”是正面的，就能了解到热情决不会是快乐的来源，老年不会因为跟许多欢乐无缘而被认为不值得羡慕。因为各种各样的欢乐，都不过是一些需要和渴望的缓和剂。需求一旦消失，欢乐就告结束，这话是谁都该接受的，就像进餐之后不能再吃，酣睡一夜之后不能再睡一样。

除了个别的情况和特殊的气质之外，一般而言，年轻人无疑明显

地带着一些忧郁和悲情，而老年人则充满和煦的情操。理由很简单，因为年轻人仍然在那邪神的强制下，为他服务，甚或是服劳役，永无宁日。现在降临或危害这个世界的几乎所有的祸端，都可以直接或间接地追溯到这个渊源。老人祥和愉快，因为长时期在激情的约束禁制之后，他现在可以自由行动了。

几乎每一个老人，不管他的才智是多么的平庸，都能获得一丝丝的智慧，这也使得他跟年轻人有所不同。所有这些变化的主要结果，就是随后到来的心境平静——它是快乐的重要因素，事实上，是快乐的必要条件。年轻人天真地想象，世界上美好的事物多得是，只待我们去找寻；年长者沉浸在《旧约·传道书》的真理中，对他而言，所有的事物都是虚妄的——他知道，不管外表多么好看，坚果是中空的。

人只有在暮年，才会真正欣赏贺拉斯的话："（面对欲望和恐惧）不让自己烦忧。"他这时是直截了当地、诚心诚意地相信，凡事都是虚空的，世上的光荣都是徒然。他的错觉幻灭了，不再存有异想，在世界的某处，在宫殿或是在茅舍，会有某些特别的快乐，一切快乐无非都是自己在身心没有遭受痛苦时所享受到的。

世界对于伟大和渺小、高贵和低贱所做出的区别，对于他来说，已不再存在。在这种幸福的感觉中，老人对于一切错误的念头，往往付诸一笑。他是完全明白的，他知道，人生无论怎么加工粉饰，不管用什么精品装配，佩戴珠宝，我们的周身仍然还是那样——此生如果具有真正价值，仅止于不受痛苦的侵扰，不再享有多少欢乐，更别说炫耀摆场面了。

醒悟是老年的主要特征。幻想给予生命以妩媚，并激励它有所作为，到这时已经离去了。世间的辉煌已证明为无用而空洞，它的排场、光辉和雄伟，已经退色。人到这时会发现，人们所需要的大多数东西以及所渴望的大部分欢乐的背后，其实质毕竟是非常少量的。于是，他逐渐领悟到，人类的存在是空虚无奈的。人到70岁才真正了解《旧约·传道书》开头的话："空虚，人生空虚，一切都是空虚。"这也可以解释，为什么老人有时感到焦躁和乖僻。

人们常常说，老人的厄运是害病，对人生感到厌倦。疾病并不限于这段年纪，尤其是我们刻意要真正活到高寿。因为随着年岁的增加，身心的健康和失调都会有所增加。至于对生活感到厌倦或烦闷，我在上面已经讨论过，老年比青年更不会遭受此类的不幸。烦闷也未必跟寂寞不可分开，老年人无法逃避寂寞，其理由

无须解释。有些人只知道感官上的满足，以及跟他人交往而获得乐趣，未能让自己的头脑获得启发，或使自己的才智增长，因此对于他们来说，日后感到寂寞是必然的。

的确，接近老年，年老我们的智力会随之衰退，但是，只要智力本来还行，剩下的总是足够用来对抗寂寞的侵袭。还有，我已经谈到过，经验、知识和反思加以结合之后，会让老人对于世间情况，获得更为准确而深刻的了解：他的判断变得恰当，他对于人生大致有系统的观点，他的心胸和见地涵盖更广大的范围；他所累积的知识不断发现新的用途，每有机会这些知识又会增添；他让自我教育在内心持续地进行着，这又使他的头脑得以运用，并获得满足，从而一切努力都能得到适当的回报。

年纪大了，时间就似乎过得更快，这种感觉本身就能防止寂寞无聊。年老体弱并无大碍，除非我们要靠体力谋生。年老而贫穷是极大的不幸。如果经济条件尚可，健康状况还行，老年是人一生值得度过的美好时光。这时的需要是舒适，不为生活愁苦，因此，金钱比以前倍加珍贵，因为它能补足体能上的衰退。爱和美的女神遗弃他，老人转而去找酒神给他欢乐。他过去喜欢观察事物，施行和研究，现在想要发言，教导他人。如果老人保持一些对学问、音乐或戏剧的爱好，如果他对周遭的

事物，一般来说，仍然感觉相当敏锐（有些人到耄耋之年仍是如此），那就够幸运了。在人生的这个阶段，我们内在的品质会比以前对自己更有助益。

毫无疑问，大多数人一生都顽固愚昧，到老时愈来愈僵化。他们所想、所说和所做，都总是跟邻居们一模一样。现在不管发生什么事，都不能改变他们的性情，或是让他们采取其他行动。跟这些老人谈话，就像在散沙上写字，你就是能写出什么字，马上也会消失。这种老人只是生命的“残渣”——人的所有要求都没有了。年老时偶然有人第三度生长牙齿，这显然是上天告诉我们，老年期是第二次童年。

人的才智到年老会减退，而且速度愈来愈快，这诚然是件很悲伤的事。但是，这是必须的，甚至是有所助益的安排，否则死亡会太难忍受，衰老就为我们做了这一准备。因此，活到耄耋之年的最大好处是安乐死——这种死亡并非由疾病导致，没有任何痛苦和挣扎。不管人活到多大年岁，他所具有的时刻一直都不过是不可分割的“现在”。在暮霭之年，我们的记忆力衰退，心智每天都在减损，重新获得的那部分很有限。

青年和老年的区别永远是这样的：青年盼望生命的发展，老年期

待死亡。年轻人的过往短暂，未来长久，年老人的情况正好相反。有句话说得好：“人老了，等待他的只有死亡；年轻时，他所期望的是生存。”这里所引起的问题是，这两种命运，哪一种具有更多风险？人生的素质，整体说来，是否年纪大比年纪轻要理想一些？“死去的日子胜于出生的日子”，传道者不就是这么说的吗？期望长寿显然是轻率的。

星相人生

每个人的一生事业，并不像占星术所说的，可以凭靠观察星斗而预测出来。但是，人生的一般过程，就其各个不同的阶段而言，可以用行星的接续运行来比喻，所以人们可以说是依次在每一行星的影响下度过岁月。

人在十岁时，水星（使神）当头：十年的人生像水星一样，在一个小范围之内非常活跃，凡事对他的影响都很大。但在这位灵活善言的使神指导之下，他取得很大的进步。

二十岁由金星（爱神维纳斯）接管，这时男子全心热爱女人；三十岁，火星（战神）位列前茅，这时的人浑身是劲是力——勇敢、好斗、倨傲。

年届四十，就由4个小行星管事。这时人的生命范围扩大了，他很实在，换句话说，由于谷神星的帮助，他偏爱有用的事物；受到灶神星的影响，他有自己的炉灶；小惑星（智慧女神）教导他具有必要的知识；他的妻（婚姻女神）是管家的女主人。

到五十岁，主要的影响力来自木屋（主神）。这时他的许多同时代的人已经去世，他觉得他是当代的佼佼者。他的精力依然旺盛，而又富于阅历和知识。根据他的个性和地位，他对周围的一些人具有权威。他不再倾心于接受他人的命令，他要自己说话。这时最适合他的工作，是在他自己的范围内，从事指导和管理。这显示罗马主神朱庇特的胜利结局，五十之人到达人生的顶峰。

然后是土星的到来，大约是六十岁，这时人像一条船，迟钝而缓慢：

但老人啊，许多看来就像是已经死去；
像铅块一般的笨拙，迟缓、沉重和苍白。

——《罗密欧和朱丽叶》第2幕第1景

最后是天王星。用俗话说就是，人要归天国了。我不知道怎么处理海王星，因为这颗行星命名不当，我不便用它正确地称呼——

爱神厄洛斯，否则我可以指出人生的开端和结束是如何相连，厄洛斯跟死亡的关系是怎样的密切，以及冥王星如何是一切事物的毁灭者和创造者。死亡是生命的大仓库，各种实体都由冥王星而来——此刻活生生的每一实体，都曾经在那里存在过。我们要是知道其中的奥秘，一切都将一目了然！

[General Information]
书名=一个悲观主义者的积极思考
作者=（德）叔本华著；林康成译
页数=174
SS号=13261232
DX号=
出版日期=2013.05
出版社=中国华侨出版社